Revista del
Consumidor

ESTUDIO DE CALIDAD
DISPOSITIVOS DE ALMACENAMIENTO EXTERNO

ESTUDIO DE CALIDAD · ESTUDIO DE CALIDAD · ESTUDIO DE CALIDAD · ESTUDIO DE CALIDAD · ESTUDIO DE CALIDAD · ESTUDIO DE CALIDAD ·
COLÁGENO

ENTORNO DIGITAL
APPS PARA VACACIONES
ORGANÍZATE Y AHORRA

INFORMACIÓN
QUE TE RESPALDA

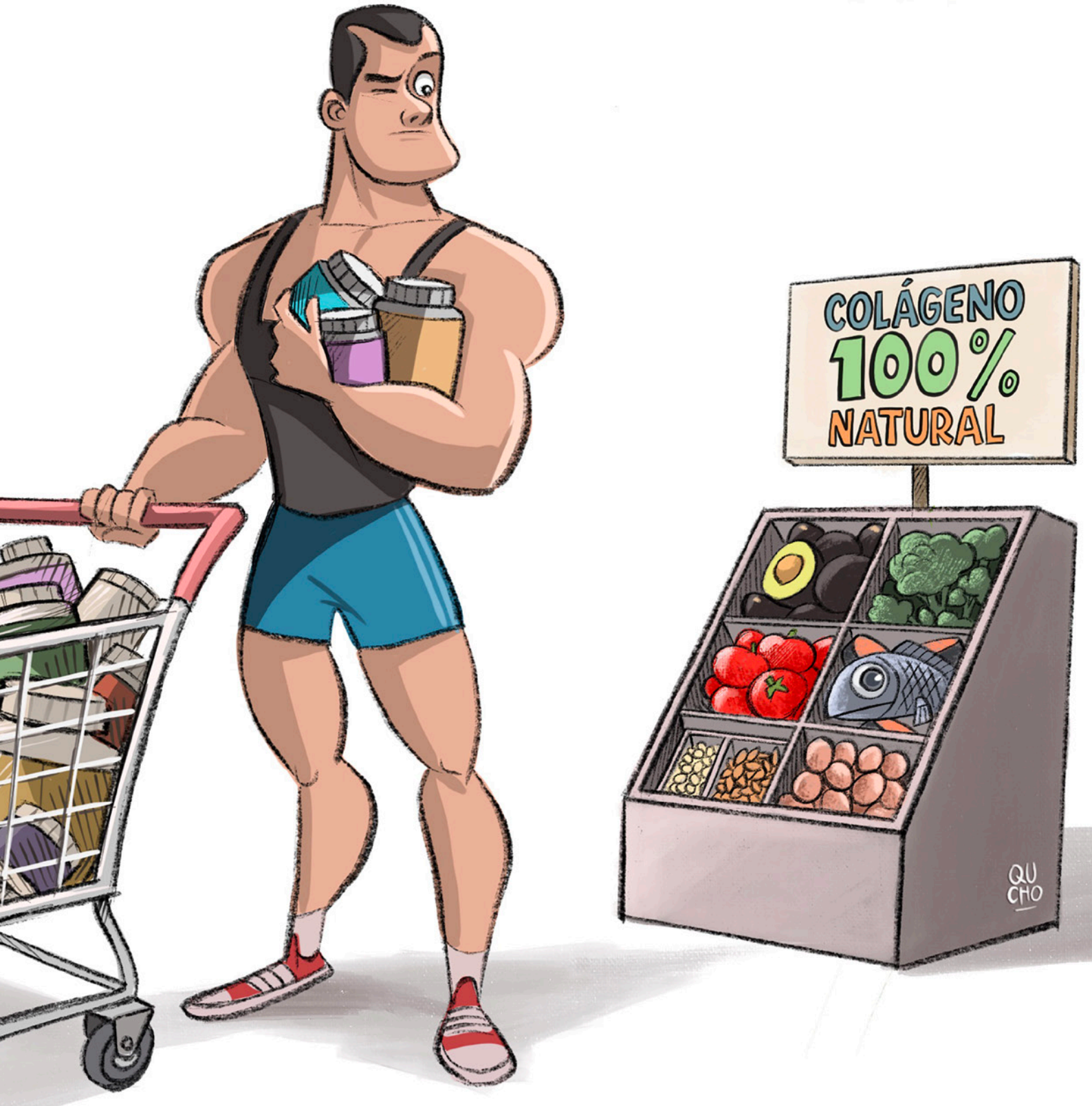
JITOMATES RELLENOS
PLATILLO SABIO

LA TECNOLOGÍA COMO HERRAMIENTA
AYUDA A DESARROLLARTE

REPARTO DE UTILIDADES
DALE UN BUEN USO

MAY. 2022
543
ISSN 0185-8874

CONSULTA A TU NUTRIÓLOGO



ECONOMÍA | PROFECO
SECRETARÍA DE ECONOMÍA | PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR

Revista del Consumidor

Ricardo Sheffield
Procurador Federal del Consumidor
David Aguilar Romero
Coordinador General de Educación y Divulgación
Diana F. Piedra Flores
Directora General de Difusión

Víctor Alfredo Carrizal Pérez
Director Editorial

Tania Ovalle Rodríguez
Editora en Jefe

Roberto Paz Amaya
Editor Gráfico

Azul Rocío Ramírez
Redactora

Alejandro Sánchez Velasco
Maricarmen Tovar Rodríguez
Diseño

Ernesto Casas Monroy
Departamento de Comunicación Digital

Consejo Editorial

Surit Berenice Romero Domínguez
Francisco Javier Chico Goerne Cobián
Pedro Franciso Rangel Magdaleno
Víctor Hugo López Aranda
José de Jesús Montaño Barragán
Maricela Juárez Herrera
Cassem Gerardo Velázquez Grunstein
Diego Sandoval Ventura
Ricardo de la Peña Gutiérrez

www.gob.mx/profeco

@Profeco
@RdelConsumidor
@ProfecoOficial
@RevistaDelConsumidorMX
@revistadelconsumidormx
/ProfecoTV

Las marcas utilizadas en la Revista del Consumidor son con fines informativos y/o comparativos, de conformidad a lo dispuesto por la **Ley Federal de Protección a la Propiedad Industrial.**

EDITORIAL

En esta edición conoce las propiedades de la cebolla como antibiótico natural, su origen, variedades y usos en la sección *De Temporada*, así como una receta para que prepares una rica salsa con cebolla morada. En el *Platillo Sabio* te enseñamos a preparar unos deliciosos Jitomates Rellenos Vegetarianos.

El gusto y los hábitos de compra de los consumidores han ido cambiando con los años. En la actualidad, suplementos alimenticios como el colágeno han ganado un lugar importante en el mercado, a pesar de que los mayores depósitos de esta proteína provienen de la piel, cartílagos y huesos de algunos animales. Para quienes no desean consumirlo de forma natural y prefieren tomarlo en cápsulas o polvo, el *Laboratorio Profeco* puso a prueba distintas marcas de Colágenos.

No importa desde dónde trabajes o estudies, es importante respaldes tus tareas e información. Una opción es por medio de los Dispositivos de Almacenamiento Externo. Aquí analizamos algunos, conoce los resultados en el *Estudio de Calidad*.

Con el paso del tiempo, la tecnología ha cobrado un lugar importante en nuestro día a día. En esta ocasión, en *Brújula de Compra* te presentamos precios de diferentes equipos de cómputo por si necesitas renovar el tuyo.

En *Finanzas Personales* hablamos sobre el Reparto de Utilidades, un derecho de los trabajadores.

Sabemos lo importante que es para ti buscar las mejores opciones de vacaciones para tu familia, por ello, en *Qué Hacer Si* encontrarás información sobre Tiempos Compartidos y, como complemento, en *Entorno Digital* te mostramos algunas aplicaciones para planear tus vacaciones.

Recuerda que nuestro objetivo es orientarte para que realices un consumo informado, sustentable, saludable, seguro y razonado.

Procurador Federal del Consumidor
Ricardo Sheffield

Colaboradores

Alma Delia Beade Ruelas
Alba Orozco Gómez
Ana Gabriela López Ferrer
Antonio Reyes Luna
Carlos Cárdenas Ocampo
Carlos Enrique García Soto
Edgar Araiza Escalera
Eduardo Rodríguez Nospango
Elia Marlene Segura Segura
Erika Castillo Escobedo
José Rodríguez Magos
José Luis Sandoval
Karina del Carmen Anguiano Chávez
María Guadalupe Velasco Rodríguez
Mario Alfredo Hernández
Nancy Ortiz Ávila
Noel Díaz Ortega
Rubén Alejandro Aguilar Echeverría
Víctor Saúl Herrera Silva

SUMARIO

De Temporada
4

CEBOLLA

Platillo Sabio Profeco
6

JITOMATES RELLENOS VEGETARIANOS

Finanzas Personales
54

REPARTO DE UTILIDADES

Brújula de Compra
56

LA TECNOLOGÍA ALIADA PARA EL TRABAJO Y ESTUDIO

Qué Hacer Sí
60

TIEMPOS COMPARTIDOS

Entorno Digital
62

APPS PARA PLANEAR TUS VACACIONES

Para Saber
64

EL INTERNET DE LAS COSAS

Nadie Afuera
66

DISCRIMINACIÓN HACIA LAS MADRES SOLTERAS

A Libro Abierto
68

LITERATURA DE MUJERES

10

Colágeno

Analizamos este suplemento para que elijas informado.

36

Dispositivos de almacenamiento externo

Facilitan la transferencia de archivos de una computadora a otra.

DE TEMPORADA

...Consume... CEBOLLA esta temporada

Hortaliza con muchos usos culinarios, que además es un antibiótico natural.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Originaria de Asia, la cebolla (*Allium cepa*) es un bulbo que se extendió a Europa a través de los romanos, para después llegar a este continente. Es muy utilizada en la cocina mexicana.

USOS

- Se puede consumir fresca, seca, cruda, cocida o caramelizada.
- Se procesa industrialmente para convertirla en sazonador, aderezo, polvo u hojuelas.
- Se utiliza como condimento o complemento aromático y de cocción.
- Mejora la digestión, disminuye la presión arterial, el colesterol y previene el asma e infartos.

VARIEDADES

Blanca
Es más crocante que las demás y quizá la más popular en nuestro país.

Morada
Ideal para consumirla cruda o encurtida. Si se hornea o fríe pierde sabor y textura.

Amarilla
Es más dulce que la blanca, por lo que es ideal para freír y caramelizar.

Chalota
Es muy aromática, de sabor dulce y sutil. Es pequeña y rosada por fuera.

Los mayores productores son:

- Baja California
- Guanajuato
- Tamaulipas

PROPIEDADES Y BENEFICIOS

• Es rica en calcio, magnesio y hierro.	• Estimula el funcionamiento del hígado y la vesícula.
• Actúa como expectorante, bacterícida y fungicida.	• Contiene vitaminas A y C, potasio, fósforo, sodio, hidratos de carbono y fibra dietética.

COMPRA Y CONSERVACIÓN

• Elige aquellas que estén duras, firmes y apretadas.	• Guárdalas en un lugar seco, ventilado y de preferencia a la sombra.
• No deben estar húmedas ni tener marcas o manchas en la cáscara.	• Para aminorar su olor y sabor fuerte: pícala o rebánala, remójala en agua ligeramente tibia y déjala reposar algunos minutos antes de usarla.

Fuentes
- Atlas agroalimentario, en https://nube.siap.gob.mx/gobmx_publicaciones_siap/pag/2021/Panorama-Agroalimentario-2021
- Estos son los cinco tipos de cebollas que existen en México, en https://www.culinariamexicana.com.mx/cinco-tipos-de-cebollas/
- La cebolla: el ingrediente incondicional de las cocinas mexicanas y sus variedades, en https://www.animalgourmet.com/2019/04/08/cebolla-variedades-tipos-cocina-mexicana/. Consultado el 3 de abril del 2022.
- La cebolla una de las verduras más versátiles, en https://www.gob.mx/siap/articulos/la-cebolla-una-de-las-verduras-mas-versatiles. Consultado el 3 de abril del 2022.
- Cebolla, que sea la única que te haga llorar, en https://www.gob.mx/profeco/articulos/cebolla-que-sea-la-unica-que-te-haga-llorar?state=published

Tecnología Doméstica PROFECO

Salsa con cebolla morada

LA TRANSFORMACIÓN EMPIEZA DONDE LLEVASA TU MESA

Ingredientes

- 1 cebolla morada cortada en plumas
- Sal de mesa
- Jugo de una naranja agria
- 1 chile habanero sin semillas cortado en plumas

Procedimiento

1. En un recipiente incorpora la cebolla y el chile.
2. Agrega sal al gusto y revuelve.
3. Añade el jugo de naranja y mezcla perfectamente.

Nota: Si no consigues naranja agria puedes sustituirla por naranja dulce y limón.

Rendimiento: 8 a 12 cucharadas
Kcal: 82
Costo Promedio: $10
Tiempo de preparación: 10 minutos
Caducidad: Una semana en refrigeración.

Consulta de información del _ al _ de abril del 2022 en la Ciudad de México y Área Metropolitana.

Platillo Sabio

PROFECO

JITOMATES RELLENOS

Vegetarianos

Si quieres ver esta y otras recetas suscríbete a nuestro canal de **YouTube** PROFECO TV

Fotografía: José Luis Sandoval

Atleta Invitada:

Ana López Ferrer

Halterista Olímpica

En esta ocasión Ana cocinó para la Revista del Consumidor un platillo nutritivo, rico y fácil para alimentarnos sanamente.

Ingredientes:

- 6 jitomates bola grandes, maduros pero firmes
- 200 g de trigo para tabule, remojado 30 minutos en agua caliente
- 180 g de queso panela en cubitos
- 6 piezas de pan integral árabe
- 60 g de semillas secas, fritas o asadas (girasol o pepitas)
- 12 hojas de lechuga
- 1 chile morrón verde, asado, pelado y cortado en cubitos
- ¼ de cebolla finamente picada
- 3 cdas. de jugo de limón
- 1 ½ hojas de menta fresca picadas
- 6 hojas enteras de menta fresca
- Sal y pimienta
- Aceite para cocina

Procedimiento:

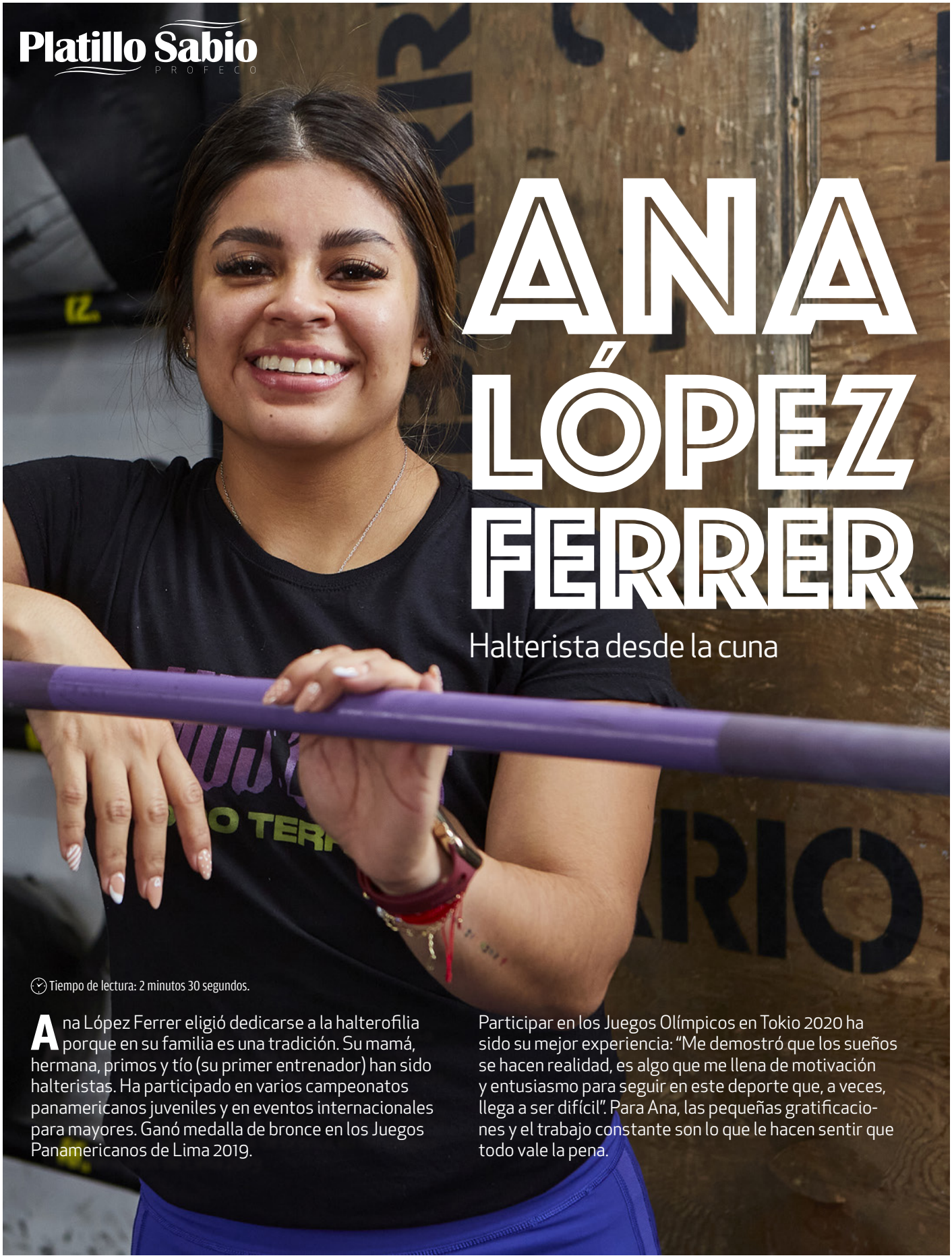
1. Corta los jitomates por la mitad, por la parte más ancha, retírales la pulpa y pícala.
2. Acitrona la cebolla en una sartén con aceite previamente calentado.
3. Añade el chile morrón, la pulpa de jitomate y espera a que cambien de color.
4. Apaga el fuego, agrega el trigo bien escurrido, el queso, la menta picada, salpimienta, incorpora y añade el jugo de limón.
5. En un plato prepara una cama de hojas de lechuga, coloca los jitomates y rellénalos con la preparación del chile morrón. Espolvoréales algunas semillas, hojas de menta y adorna con pan árabe ligeramente tostado y cortado en triangulitos.

285 KCAL POR PORCIÓN	$177	6 PORCIONES	40 MINUTOS

Inténtalo en tu casa y etiquétanos en Instagram #PlatilloSabioProfeco y @revistadelconsumidormx.

Consulta de información: Del 18 al 20 de abril de 2022 en la Ciudad de México y Área Metropolitana.

Platillo Sabio
PROFECO



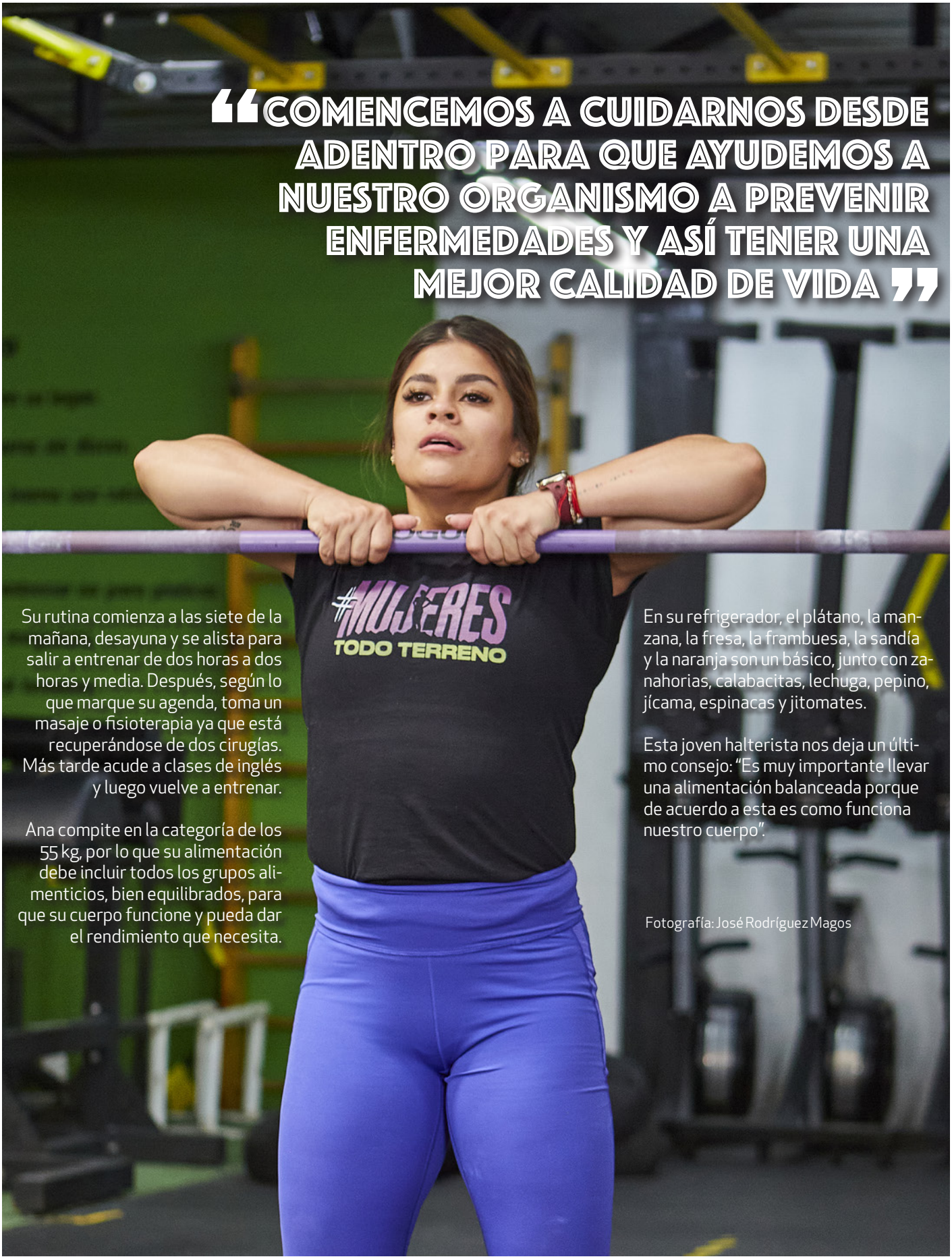
ANA LÓPEZ FERRER

Halterista desde la cuna

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Ana López Ferrer eligió dedicarse a la halterofilia porque en su familia es una tradición. Su mamá, hermana, primos y tío (su primer entrenador) han sido halteristas. Ha participado en varios campeonatos panamericanos juveniles y en eventos internacionales para mayores. Ganó medalla de bronce en los Juegos Panamericanos de Lima 2019.

Participar en los Juegos Olímpicos en Tokio 2020 ha sido su mejor experiencia: "Me demostró que los sueños se hacen realidad, es algo que me llena de motivación y entusiasmo para seguir en este deporte que, a veces, llega a ser difícil". Para Ana, las pequeñas gratificaciones y el trabajo constante son lo que le hacen sentir que todo vale la pena.



“COMENCEMOS A CUIDARNOS DESDE ADENTRO PARA QUE AYUDEMOS A NUESTRO ORGANISMO A PREVENIR ENFERMEDADES Y ASÍ TENER UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA”

Su rutina comienza a las siete de la mañana, desayuna y se alista para salir a entrenar de dos horas a dos horas y media. Después, según lo que marque su agenda, toma un masaje o fisioterapia ya que está recuperándose de dos cirugías. Más tarde acude a clases de inglés y luego vuelve a entrenar.

Ana compite en la categoría de los 55 kg, por lo que su alimentación debe incluir todos los grupos alimenticios, bien equilibrados, para que su cuerpo funcione y pueda dar el rendimiento que necesita.

En su refrigerador, el plátano, la manzana, la fresa, la frambuesa, la sandía y la naranja son un básico, junto con zanahorias, calabacitas, lechuga, pepino, jícama, espinacas y jitomates.

Esta joven halterista nos deja un último consejo: “Es muy importante llevar una alimentación balanceada porque de acuerdo a esta es como funciona nuestro cuerpo”.

Fotografía: José Rodríguez Magos

Estudios DE Calidad PROFECO

Colágeno

Analizamos este suplemento para que elijas informado.

Tiempo de lectura: 15 minutos.

En los últimos años ha habido un aumento en el mercado de colágenos hidrolizados, por lo que surgen preguntas como: ¿qué son?, ¿qué contienen?, ¿cómo están regulados?

NORMATIVIDAD

- **NOM-002-SCFI-2011.** Productos preenvasados-Contenido Neto-Tolerancias y Métodos de Verificación. **Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios.**

FICHA TÉCNICA

Periodo de adquisición del producto: del 24 al 25 de enero del 2022.
Periodo del estudio: del 24 de enero al 15 de marzo del 2022.
Marcas analizadas: 32.
Pruebas realizadas: 288.

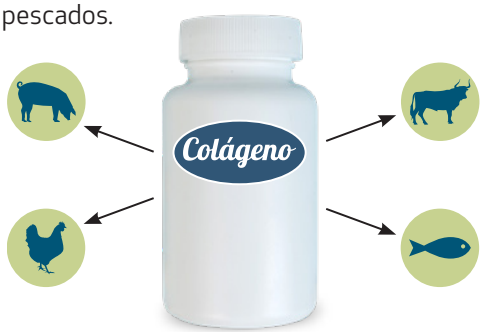
good express
Vidanat
Colágeno
Hidrolizado Puro
con Vitamina C y Magnesio
NTX-SKN
Colágeno Hidrolizado
con Vitamina C
en Polvo
Con Frutos Rojos
Colágeno
Hidrolizado
en Polvo
WONU
WOMEN'S NUTRITION
NUEVO
30
Vitherbal
Suplemento Alimenticio
COLÁGENO PLUS
HIDROLIZADO
Bajo en Azúcar
Ácido Hialurónico
Vitamina C
Calcio
400 g
al natural
original
Nature's Life
colágeno
hidrolizado
en polvo
ResVitále
Collagen Enhance Plus
COLÁGENO Y ÁCIDO HIALURÓNICO
PÉPTIDOS BIOACTIVOS
DE COLÁGENO
HIDROLIZADO
+ VITAMINA C
+ MAGNESIO
+ GLUCOSAMINA
KRYSTAL NUTRITION
por Kali Natura
COLÁGENO
ORANGE
PRESS
biomiral
wellness
LAGENER
no Hidrolizado 10g
C (Colágeno tipo I)
Sugar
Colorants
Artificial flavoring
free
JustColla
Colágeno
hidrolizado
Biotina, Ca
Vitamin
COLLAGEN LABORÉS
NUTRITION
HYDROLYZED
life180
LOVIS
Colágeno Hidrolizado
Polvo
Suplemento Alimenticio
NEOCELL
TRUE SCIENCE OF COLLAGEN
COLLAGEN TYPE 1&3
Super Collagen
NATURE'S TRUTH
Unflavored
ULTRA
COLLAGEN
CONT. NET. 198 g
NET WT. 7OZ. (198 g) POWDER
COLLAGEN LABORÉS
NUTRITION
HYDROLYZED
COLLAGEN
PEPTIDES
COLÁGENO
HIDROLIZADO
PLUS
modern research

¿QUÉ ES EL COLÁGENO?

Es la proteína estructural más abundante en el organismo. Constituye una proporción de casi el 25% de la proteína total.

¿DE DÓNDE SE OBTIENE?

La fuente natural es la piel y articulaciones de animales como pollo, res, cerdo, entre otros. También se encuentra en piel y espinas de pescados.



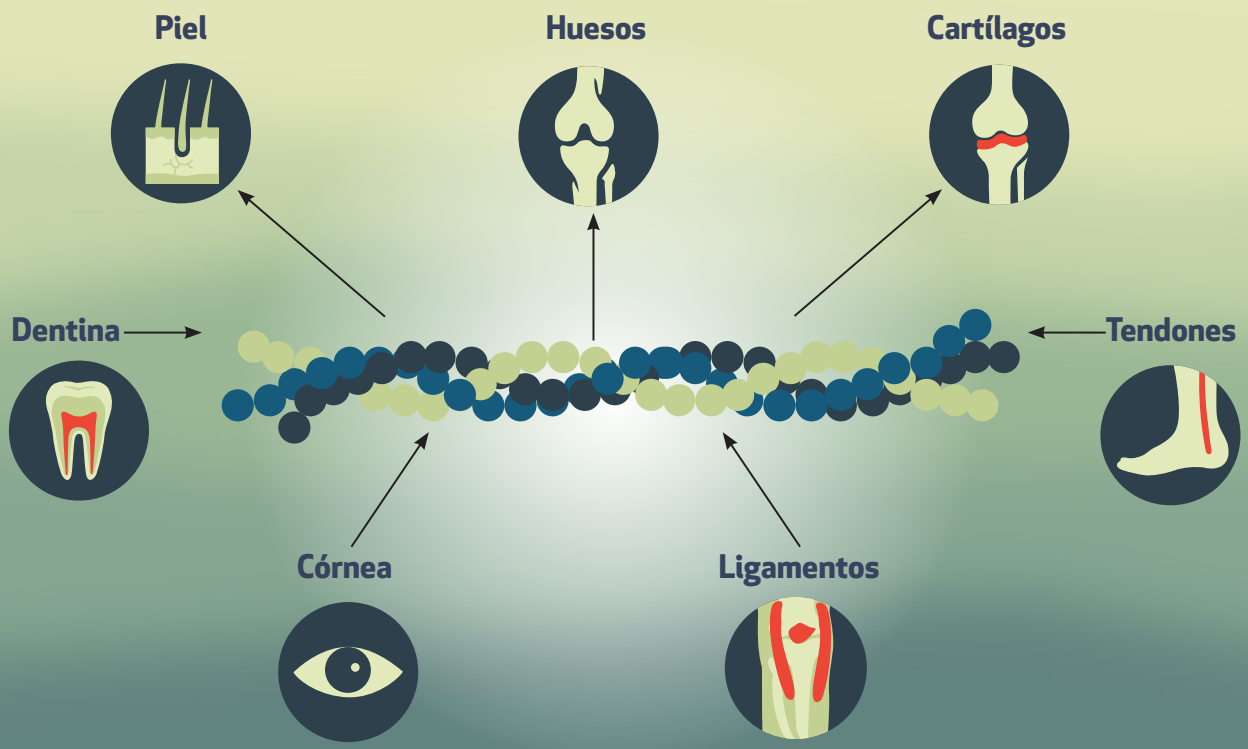
¿CUÁL ES SU FUNCIÓN?

Brindar a todos los tejidos y órganos en los que está presente:

¿QUÉ ES EL COLÁGENO HIDROLIZADO?

Comercialmente, el colágeno natural se divide a través de enzimas y ácidos para obtener el colágeno hidrolizado y así se absorba fácilmente. Esto porque los seres humanos no podemos asimilar el colágeno si no está dividido en partes más pequeñas (aminoácidos). Nuestro sistema digestivo tiene unas enzimas que llevan a cabo dicha división.

¿DÓNDE SE ENCUENTRA?[1]



[1] Müller-Esterl, W. (1998). Bioquímica. Fundamentos para Medicina y Ciencias de la Vida. España, Reverté. Páginas 124 y 125, en https://books.google.com.mx/books?id=X2YVG6Fzp1UC&pg=PA124&dq=colagenos+tipos&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwiB-Nzv9bb2AhUDlWoFHZvuBD0Q6AF6BAgGEAI#v=onepage&q=col%C3%A1geno&f=false

¿CÓMO LO UTILIZA EL CUERPO?

Los aminoácidos sirven para formar proteínas. Dependiendo de las necesidades de cada persona es el uso que le da el cuerpo al colágeno que se ingiere.

EL COLÁGENO HIDROLIZADO ES UN SUPLEMENTO ALIMENTICIO

La Ley General de Salud (LGS), en su artículo 215 define a un suplemento alimenticio como:

"Producto a base de hierbas, extractos vegetales, alimentos tradicionales, deshidratados o concentrados de frutas, adicionados o no, de vitaminas o minerales, que se puedan presentar en forma farmacéutica y cuya finalidad de uso sea incrementar la ingesta dietética total, complementarla o suplir algún componente"[2].

FUNCIÓN DE LOS SUPLEMENTOS ALIMENTICIOS

Solamente incrementan, complementan o suplen alguno de los componentes que se adquieren a través de los alimentos que se ingieren a diario[3].

REGULACIÓN

Estos productos están regulados a través del Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios (RCSPS). En su artículo 168 se establece que podrán estar constituidos por:

- Carbohidratos
- Proteínas
- Aminoácidos
- Ácidos grasos
- Metabolitos
- Plantas
- Hierbas
- Algas
- Alimentos tradicionales deshidratados u otros que establezca la Secretaría de Salud

Pueden presentarse en forma aislada o en combinación, adicionados o no, de vitaminas o minerales y su consumo no deberá representar un riesgo para la salud.

NO SON MEDICINA

Los suplementos alimenticios no son productos dirigidos para tratar, curar, prevenir o aliviar síntomas de alguna enfermedad. Por ello, es importante no incorporar sustancias con acción farmacológica reconocida ni tampoco con base en su composición que les puedan atribuir propiedades terapéuticas, preventivas o rehabilitatorias, ya que no podrán comercializarse en México como suplementos, salvo que cumplan con las disposiciones aplicables para los medicamentos.

NO DEBEN CONFUNDIR AL CONSUMIDOR

De acuerdo a lo establecido en el artículo 173 del RCSPS, en la etiqueta y en la información con la que se comercialicen los suplementos alimenticios no deben presentar información que confunda, exagere o engañe en cuanto a su composición, origen, efectos y otras propiedades ni ostentar indicaciones preventivas, rehabilitatorias o terapéuticas.

[2] Ley General de Salud, en https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf_mov/Ley_General_de_Salud.pdf
[3] "Suplementos Alimenticios", en https://www.gob.mx/cofepris/acciones-y-programas/suplementos-alimenticios-62063

¿QUÉ DEBEN PRESENTAR EN LA ETIQUETA?

Denominación genérica

"Suplemento alimenticio", colocada en la cara frontal de la etiqueta e independiente de cualquier otra leyenda.

Lote

La cantidad de un producto elaborado en un mismo ciclo, integrado por unidades homogéneas e identificado con un código específico.

Fecha de caducidad

Fecha límite en que se considera que las características sanitarias y de calidad que debe reunir para su consumo un producto, almacenado en las condiciones sugeridas por el responsable del producto, se reducen o eliminan, de tal manera que después de esta fecha no debe comercializarse ni consumirse.

Denominación específica

Breve descripción de la composición del producto.

Contenido neto o Contenido

Cantidad de producto que permanece después de que se han hecho todas las deducciones de tara, cuando sea el caso, o cantidad de tabletas.

Lista de ingredientes

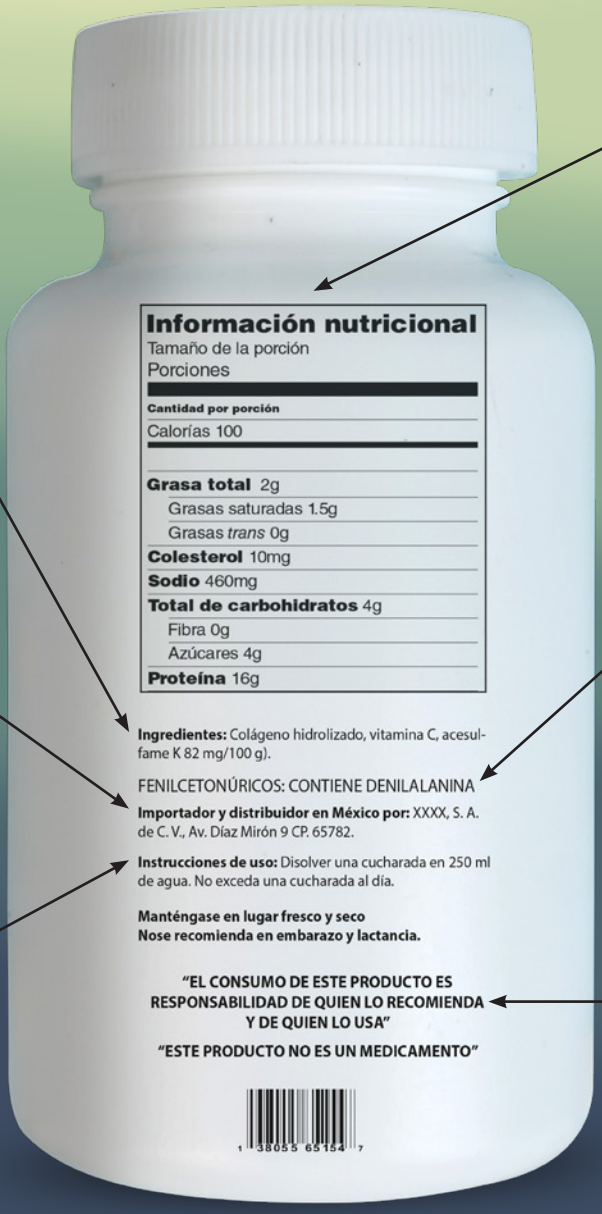
Debe incluir ingredientes básicos, aditivos y/o excipientes, mencionados en orden de predominio cuantitativo, esto es del ingrediente de mayor a menor cantidad.

Nombre y dirección

Del fabricante o importador, envasador, maquilador y distribuidor nacional o extranjero, según sea el caso.

Instrucciones

Para su conservación, uso, preparación y consumo.



Declaración nutrimental

Debe incluir como mínimo el contenido energético, proteína, grasa, carbohidratos, sodio, vitaminas y cualquier otro nutrimento o componente que se incluya o destaque en la información de la etiqueta.

Componentes

Que pudieran representar un riesgo mediato o inmediato para la salud de los consumidores.

Leyendas de advertencia

En letra mayúscula, destacadas en negritas y con un espacio libre de texto alrededor de estas, con las dimensiones señaladas en el Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios.

CONOCE EL ESTUDIO

Se analizaron 32 productos denominados colágeno o colágeno hidrolizado en polvo, tabletas y cápsulas.

Información comercial

Que cumpliera con lo establecido en el Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios, que solicita:

- Denominación genérica y específica
- Lista de ingredientes
- El o los componentes que pudieran representar un riesgo mediato o inmediato para la salud de los consumidores
- Declaración nutrimental
- Lote
- Fecha de caducidad
- Nombre y dirección del fabricante o importador, envasador, maquilador, distribuidor nacional o extranjero
- Instrucciones para su conservación, uso, preparación y consumo
- Las leyendas de advertencia:

"EL CONSUMO DE ESTE PRODUCTO ES RESPONSABILIDAD DE QUIEN LO RECOMIENDA Y DE QUIEN LO USA" y "ESTE PRODUCTO NO ES UN MEDICAMENTO".

Contenido neto o contenido

Se verificó que los productos cumplieran con la cantidad declarada de contenido neto o contenido.

Contenido de colágeno

Se revisó a través de las formulaciones de cada producto.

Contenido de sodio

Se determinó el contenido de este elemento. Recuerda que la OMS recomienda no ingerir más de 2000 mg de sodio al día.

Contenido nutrimental

Se determinó la cantidad de:

- Proteína
- Grasa
- Azúcares
- Carbohidratos
- Contenido energético

En los envases, estos valores se declaran por porción y por 100 gramos de producto. Esto es importante ya que los productos ostentan instrucciones de uso y cantidades máximas de consumo.

COLÁGENO

ABLAZOR con colágeno Peptan

Suplemento Alimenticio. Polvo para reconstituir a base de péptidos de colágeno hidrolizado/ México/300 g

$771

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
8.7 g porción por día	0.02 g porción por día	37 kcal porción por día	Completa	10 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.45 g	9.5 g	10 g

al natural

Suplemento Alimenticio Colágeno Hidrolizado/ México/300 g

$315*

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
8.9 g porción por día	0.02 g porción por día	37 kcal porción por día	Completa	30 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.32 g	10 g	10 g

BIO B BERRY COLÁGENO

Alimento en polvo para preparar bebidas/ México/180 g

$350*

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
3.7 g porción por día	0.03 g porción por día	37 kcal porción por día	Incumple**	34mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
5.48 g	4 g	10 g

Irregularidades**

- El producto se presenta como alimento cuando por definición, de acuerdo al art. 215 de la Ley General de Salud, podría ser un suplemento alimenticio.
- Presenta la leyenda "*Beauty Boost*" la cual carece de significado, es potencialmente engañosa e incumple con el art. 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Productos ordenados alfabéticamente.

Precio promedio por producto.

Precios Promedio de Colágeno en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Culiacán, León y Villahermosa, levantados del 22 al 30 de marzo del 2022.

*Precios obtenidos por Internet el 29 y 30 de marzo del 2022.

biomiral sport SKIN

Suplemento Alimenticio. Minerals & Collagen peptides + Hialuronic Acid LEMON/No indica país de origen/360 g, 30 STICKS CON 12 g c/u.

$450*

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
0.6 g porción por día	0.34 g porción por día	37 kcal porción por día	Completa	60 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
7.76 g	0.5 g	12 g

biomiral wellness COLAGENER

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado 10 g Vitamina C (COLÁGENO TIPO I)/No indica país de origen/500 g

$619

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
9 g porción por día	0.07 g porción por día	41 kcal porción por día	Completa	76 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
1.12 g	10 g	11 g

CAHUENGA

Suplemento Alimenticio Colágeno Hidrolizado/México/500 g

$239

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
9.3 g porción por día	0.10 g porción por día	152 kcal porción por día	Completa	81 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
28.43 g	8.3 g	40 g

COLÁGENO

COLLAGEN LABORES NUTRITION

Suplemento Alimenticio. Péptidos de Colágeno Hidrolizado/🇺🇸E.U.A./560 g

$1,250

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
36.4 g porción por día	0.11 g porción por día	151 kcal porción por día	Completa	15 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
1.11 g	37.1 g	40 g

COLAGENER biomirar wellness

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado 6 g (colágeno tipo I), Omega 3,6,9, Magnesio, Probióticos, Prebióticos/🇲🇽México/450 g

$760*

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
5.7 g porción por día	0.09 g porción por día	57 kcal porción por día	Completa	88 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
8.35 g	6 g	15 g

COLAGEN+HA pronat ULTRA

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado y Ácido hialurónico/🇲🇽México/ 120 Cápsulas de 600 mg c/u (72 g)

$259

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
2.3 g porción por día	0.13 g porción por día	13 kcal porción por día	Completa	12 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.61 g	2 g	3.6 g

Productos ordenados alfabéticamente.

Precio promedio por producto.

Precios Promedio de Colágeno en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Culiacán, León y Villahermosa, levantados del 22 al 30 de marzo del 2022.

*Precios obtenidos por Internet el 29 y 30 de marzo del 2022.

Drasanví COLLMAR

Suplemento Alimenticio. Colágeno Marino Hidrolizado + Vitamina C + Magnesio + Ácido Hialurónico/ España/207 g (Cont. 180 comprimidos de 1150 mg)

$442

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
3.6 g porción por día	0.01 g porción por día	22 kcal porción por día	No demostró**	8 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
1.83 g	3.9 g	6.9 g

Irregularidades**

- No demuestra la leyenda "Recomendado para deportistas. Mujeres mayores de 40 años".

Elmor CART X3

Suplemento Alimenticio Colágeno hidrolizado, Metilsulfonilmetano (MSM) Magnesio/ México/30 sobres de 12.5 g c/u

$1,068

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
8.8 g porción por día	0.12 g porción por día	43 kcal porción por día	Completa	32 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
1.63 g	10 g	12.5 g

ESSENTIAL NUTRITION

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado con antioxidantes/ México/195 g

$355

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
4.6 g porción por día	0.02 g porción por día	24 kcal porción por día	Completa	5 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
1.38 g	5.7 g	6.5 g

COLÁGENO

facialtime Vitamins&Health Care División

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado puro + Ácido Hialurónico + l-arginina + prebióticos/México/450 g

$350

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
5.6 g porción por día	0.13 g porción por día	52 kcal porción por día	Incumple**	131 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
7.10 g	5.3 g	15 g

Irregularidades**

- Los símbolos de las unidades incumplen la NOM-008-SCFI-2002.

good express smart &healthy

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado, ácido hialurónico, biotina, vitamina E/México/30 sobres por tátiles. Cada sobre contiene 1 tableta de 600 mg y 2 cápsulas de 600 mg c/u (54 g)

$499*

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
0.4 g porción por día	0 g porción por día	6 kcal porción por día	Completa	9 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
1.16 g	0.5 g	1.8 g

HIALOVIS C+D

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado con Vitamina C y Vitamina D3 Polvo/Chile/30 sobres de 10.064 g c/u (301.9 g)

$460

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
9.1 g porción por día	0.24 g porción por día	39 kcal porción por día	Completa	70 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.06 g	10 g	10.06 g

Productos ordenados alfabéticamente.

Precio promedio por producto.

Precios Promedio de Colágeno en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Culiacán, León y Villahermosa, levantados del 22 al 30 de marzo del 2022.

*Precios obtenidos por Internet el 29 y 30 de marzo del 2022.

KRYSTAL NUTRITION por KALI NATURA

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado + Vitamina C/
/México/300 g

$430

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
7.7 g porción por día	0.02 g porción por día	32 kcal porción por día	Completa	3 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.34 g	8.4 g	8.5 g

life180

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado + Citrato de Magnesio/
México/450 g

$625

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
6.3 g porción por día	0.04 g porción por día	57 kcal porción por día	Completa	19 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
7.85 g	10.1 g	15 g

Mi Fibra Diaria

Suplemento Alimenticio Colágeno en polvo/
México/300 g

$107

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
2.4 g porción por día	0.03 g porción por día	55 kcal porción por día	No demostró**	16 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
11.15 g	3.6 g	15 g

Irregularidades**

- No demuestra la leyenda: "Colágeno Marca Mi Fibra Diaria, es una suplemento alimenticio para adultos y niños mayores de 4 años"

COLÁGENO

modern research LABORATORIO

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado Plus/México/400 g

$312

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
2.6 g porción por día	0.05 g porción por día	48 kcal porción por día	Completa	40 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
9.32 g	2.9 g	12.75 g

NÁRTEX Wellness

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado en polvo/México/ 240 g

$382

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
9 g porción por día	0.03 g porción por día	37 kcal porción por día	Completa	35 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.15 g	10 g	10 g

Nature´s Life

Suplemento Alimenticio Colágeno Hidrolizado + L-Ornitina & Vitamina C/México/ 70,3 g (100 Cápsulas)

$298

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
0.9 g porción por día	0.02 g porción por día	11 kcal porción por día	Incumple**	10 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
1.73 g	2.1 g	2.81 g

Irregularidades**

- Tuvo 10.2% menos del contenido neto declarado.

Productos ordenados alfabéticamente.

Precio promedio por producto.

Precios Promedio de Colágeno en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Culiacán, León y Villahermosa, levantados del 22 al 30 de marzo del 2022.

*Precios obtenidos por Internet el 29 y 30 de marzo del 2022.

NATURE'S TRUTH

Suplemento Alimenticio. Péptidos de Colágeno Hidrolizado/E.U.A./198 g

$560

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
6 g porción por día	0.02 g porción por día	25 kcal porción por día	Completa	12 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.28 g	6 g	6.7 g

NEOCELL

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado/E.U.A./198 g

$502

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
6 g porción por día	0.01 g porción por día	25 kcal porción por día	No demostró**	9 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.26 g	Al momento del estudio no demostró contenido de colágeno.	6.6 g

Irregularidades**

- Al momento del estudio no demostró contenido de colágeno.
- No demuestra las leyendas: "Súper Collagen", "6.6 g colágeno Tipo 1 y 3", "SIN OGM" y "Sin saborizantes artificiales"

NTX-SKN

Suplemento Alimenticio Colágeno Hidrolizado con vitamina C en polvo, con frutos Rojos/México/240 g

$420

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
6 g porción por día	0.04 g porción por día	37kcal porción por día	Completa	36 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
3.2 g	6 g	10 g

COLÁGENO

Olnatura JustCollagen

/Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado 1800Biotina, calcio, vitamina C, Vitamina E y vitamina K/ México/ 90 tabletas

$207

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
1.6 g porción por día	0.01 g porción por día	8 kcal porción por día	Completa	4 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.48 g	1.8 g	3.48 g

ORANGEL PRESTIGE

Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado +Vitamina E + Ácido hialurónico/ México/30 sobres de 8. g c/u

$349

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
4.8 g porción por día	0.02 g porción por día	30 kcal porción por día	Completa	23 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
2.58 g	5.5 g	8 g

ResVitále

Suplemento Alimenticio. Colágeno y Ácido Hialurónico/ E.U.A./180 Tabletas (1 g c/u)

$2,200

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
3.9 g porción por día	0.01 g porción por día	22 kcal porción por día	Completa	46 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
1.48 g	5.3 g	6 g

Productos ordenados alfabéticamente.

Precio promedio por producto.

Precios Promedio de Colágeno en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Culiacán, León y Villahermosa, levantados del 22 al 30 de marzo del 2022.

*Precios obtenidos por Internet el 29 y 30 de marzo del 2022.

SESÉN

Suplemento Alimenticio
Péptidos Bioactivos de Colágeno Hidrolizado + Vitamina C + Magnesio + Glucosamina/ México/500 g

$1,341

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
13.2 g porción por día	0.03 g porción por día	56 kcal porción por día	Completa	200 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.59 g	13.9 g	15 g

solanum. LA CIENCIA AL NATURAL

Suplemento Alimenticio. Colágeno + Vitaminas y Minerales/ México/90 g (180 cápsulas de 500 mg)

$222

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
2.3 g porción por día	0.01 g porción por día	10 kcal porción por día	No demostró**	1 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.23 g	2.6 g	3 g

Irregularidades**

- No demuestra la leyenda: "Colágeno Solanum No. 1 en ventas"

Vidanat

Suplemento Alimenticio
Colágeno Hidrolizado Puro con Vitamina C y Magnesio/ México/300 g

$427

Nutrimentos

Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
17.8 g porción por día	0.06 g porción por día	75 kcal porción por día	Completa	83 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.78 g	19.8 g	20 g

COLÁGENO

Precios Promedio de Colágeno en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Culiacán, León y Villahermosa, levantados del 22 al 30 de marzo del 2022.

*Precios obtenidos por Internet el 29 y 30 de marzo del 2022.

Precio promedio por producto.

VitHerbal

Suplemento Alimenticio
Colágeno Hidrolizado Plus/México/400 g

$229

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
1.9 g porción por día	0.08 g porción por día	57kcal porción por día	No demostró**	34 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
12.05 g	Al momento del estudio no demostró contenido de colágeno.	15 g

Irregularidades**

- Al momento del estudio no demostró contenido de colágeno.
- No demuestra las leyendas: "COLÁGENO HIDROLIZADO PLUS", "Bajo en Azúcar" "Ácido Hialurónico", "Vitamina C", "Calcio" y "GLUTEN FREE"

WONU. WOMEN´S NUTRITION

Suplemento Alimenticio. Colágeno + Ácido Hialurónico + Vitamina C/México/345 g

$544

Nutrimentos				
Proteína	Grasa	Contenido Energético	Información al consumidor	Sodio (miligramos por porción por día)
10 g porción por día	0.03 g porción por día	43 kcal porción por día	Completa	13 mg porción por día

Carbohidratos (porción por día)	Colágeno (gramos por porción por día, por comprobación)	Porción por día (recomendada por el fabricante)
0.77 g	7.9 g colágeno porción por día 3.4 g péptidos de colágeno porción por día	11.5 g

Productos ordenados alfabéticamente.

IRREGULARIDADES

CONTIENE MENOS DE LO QUE DECLARA

Tuvo menos del
10.2%
de lo declarado en contenido neto, por lo que incumple la NOM-002-SCFI-2011.

Nature's Life
Suplemento Alimenticio Colágeno Hidrolizado + L-Ornitina & Vitamina C/
México/70.3 g (100 Cápsulas)

PRESENTA PUBLICIDAD ENGAÑOSA

Ostenta la leyenda **"Beauty Boost"**, la cual carece de significado, por lo que es una declaración potencialmente engañosa:

BIO B BERRY COLÁGENO
Alimento en polvo para preparar bebidas/
México/180 g

Los productos que no cumplen con las Normas Oficiales Mexicanas pueden ser sujetos a medidas precautorias, y sus proveedores a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

IRREGULARIDADES

NO SUSTENTAN SUS LEYENDAS

Los productos que no cumplen con las Normas Oficiales Mexicanas pueden ser sujetos a medidas precautorias, y sus proveedores a requerimientos y en su caso a procedimientos por infracciones a la ley.

En su envase presentan leyendas que no demostraron:

"Colágeno Solanum No. 1 en ventas"

solanum. LA CIENCIA AL NATURAL
Suplemento Alimenticio. Colágeno + Vitaminas y Minerales / México / 90 g (180 cápsulas de 500 mg)

"Súper Collagen"

"6.6 g colágeno Tipo 1 y 3"

"SIN OGM"

"Sin saborizantes artificiales"

NEOCELL
Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado / E.U.A. / 198 g

"Colágeno Marca Mi Fibra Diaria, es un suplemento alimenticio para adultos y niños mayores de 4 años"

Mi Fibra Diaria
Suplemento Alimenticio Colágeno en polvo/ México/300 g

"Recomendado para deportistas. Mujeres mayores de 40 años"

Drasanví COLLMAR
Suplemento Alimenticio. Colágeno Marino Hidrolizado + Vitamina C + Magnesio + Ácido Hialurónico/ España/207 g (Cont 180 comprimidos de 1150 mg)

"Colágeno Hidrolizado Plus"

"Bajo en Azúcar"

"Ácido Hialurónico"

"Vitamina C"

"Calcio"

"Gluten Free"

VitHerbal
Suplemento Alimenticio Colágeno Hidrolizado Plus/ México/400 g

IRREGULARIDADES

SU DENOMINACIÓN ES ERRÓNEA

Se denomina **"Alimento en polvo para preparar bebidas"**; sin embargo, según el artículo 215 de la Ley General de Salud (LGS), por su composición se trata de un suplemento alimenticio:

BIO B BERRY COLÁGENO
Alimento en polvo para preparar bebidas
México/180 g

NO INDICA LOS GRAMOS CONFORME LA NORMA

Indica "gr" y no "g" para gramos en la tabla nutrimental, por lo que incumple la NOM-008-SCFI-2002, Sistema General de Unidades de Medida.

facialtime Vitamins&Health Care División
Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado puro + Ácido Hialurónico + l-arginina + prebióticos/México/450 g

NO COMPROBARON SU CONTENIDO DE COLÁGENO

Al momento de realizar este estudio, las siguientes marcas no comprobaron su contenido de colágeno:

NEOCELL
Suplemento Alimenticio. Colágeno Hidrolizado/
E.U.A./198 g

VitHerbal
Suplemento Alimenticio Colágeno Hidrolizado Plus/
México/400 g

CONSIDERACIONES

DE COMPRA

Adquiérelo en el comercio formal

No te arriesgues, es mejor si lo haces en establecimientos reconocidos.

DE USO

Consulta a tu médico

Antes de consumir un suplemento alimenticio es recomendable consultes con un médico si puedes tomarlo, si realmente lo necesitas y si te ayudará a complementar, incrementar o suplir alguno de los componentes de tu dieta.

Lee las instrucciones

Síguelas y no ingieras más colágeno del recomendado por día.

"Natural" no es igual a seguro

Leyendas como: "**Producto 100% natural**", "**De origen natural**", "**Elaborado con base en una sustancia de origen natural**", entre otras, no significan que el producto no provocará efectos secundarios.

Los suplementos no curan

Sirven únicamente para incrementar o complementar los nutrimentos de tu dieta. No son productos para tratar, curar, prevenir o aliviar alguna enfermedad.

ALTERNATIVA AL COLÁGENO

Puedes preparar en casa un caldo de patitas de pollo.

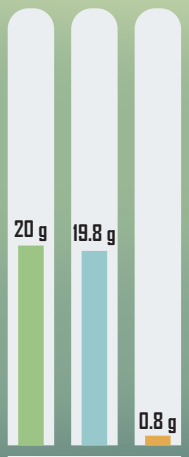
CONTENIDO DE COLÁGENO Y CARBOHIDRATOS POR PORCIÓN DIARIA DE PRODUCTO

Porción por día (recomendada por el fabricante)

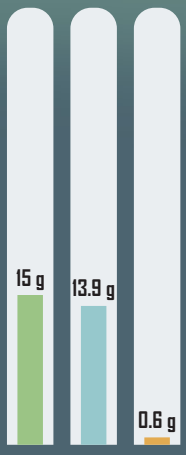
Colageno (g por porción por día)

Carbohidratos (g por porción por día)

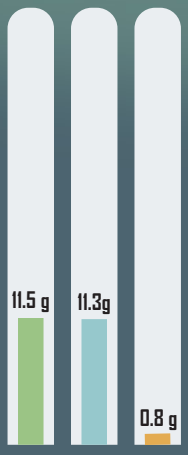
COLLAGEN LABORES NUTRITION



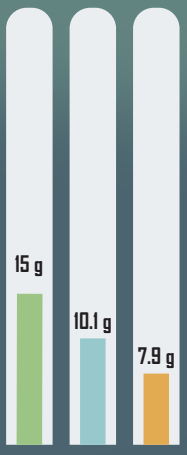
Vidanat



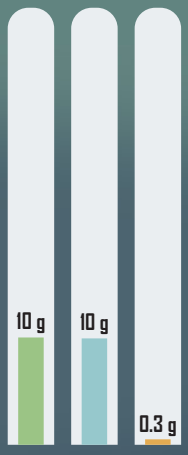
SESEN



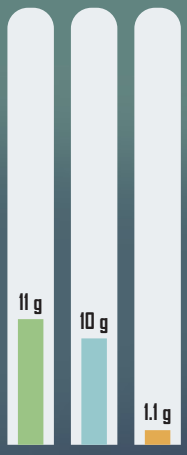
WONU. WOMEN´S NUTRITION



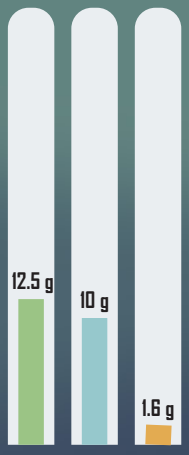
life180



al natural



biomiral wellness COLAGENER



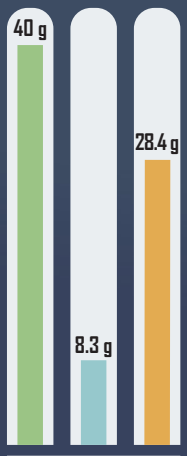
Elmor CART X3

HIALOVIS C+D

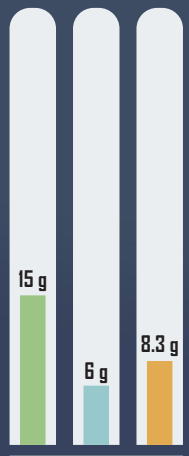
NÁRTEX Wellness

ABLAZOR con colágeno Peptan

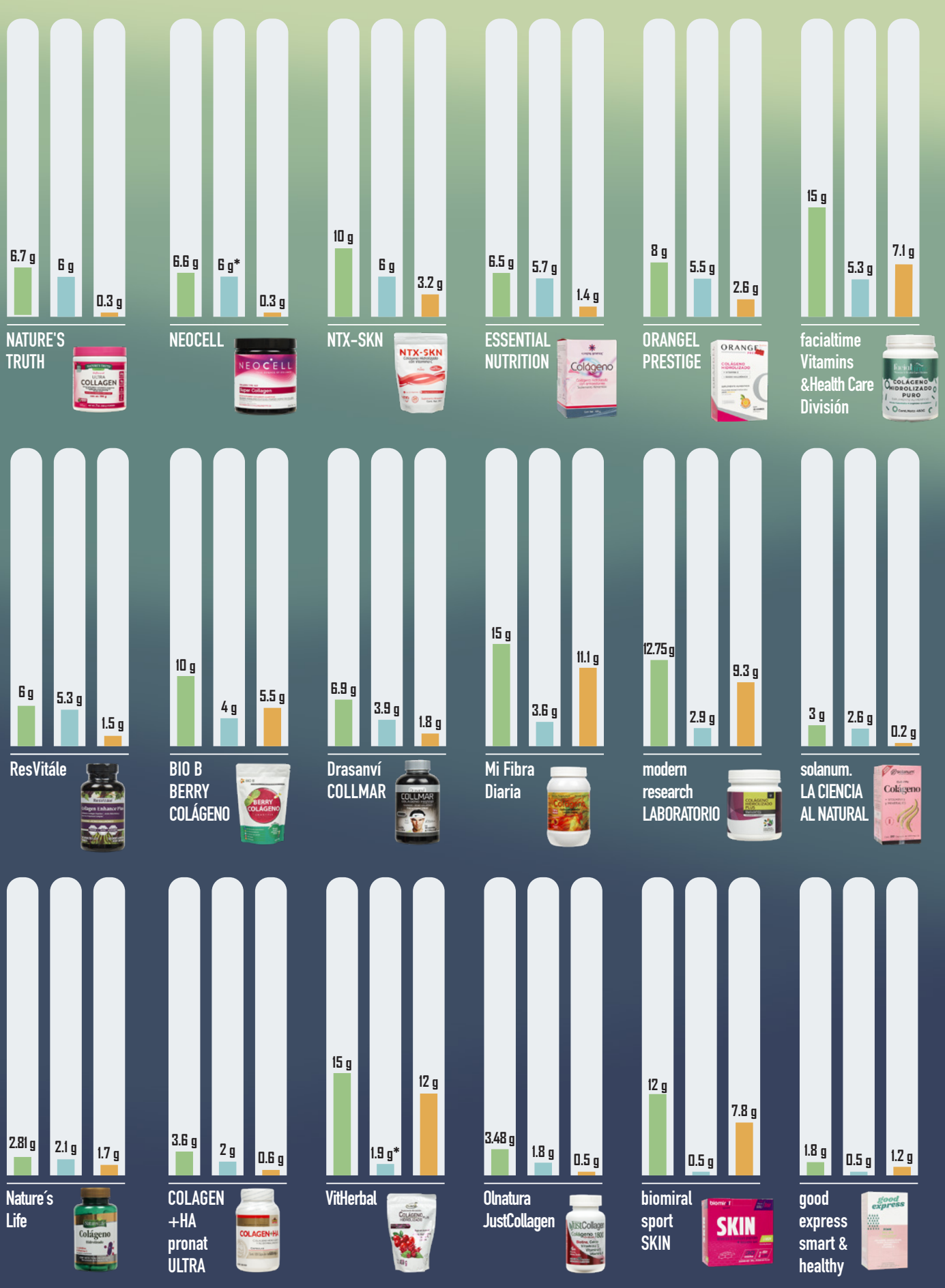
KRYSTAL NUTRITION por KALI NATURA



CAHUENGA



COLAGENER biomirar wellness Cero Azúcar



Productos ordenados de mayor a menor contenido de colágeno.
*Este valor se obtuvo en el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor ya que el fabricante no lo demostró al momento del estudio.

Nota: Los contenidos de colágenos fueron determinados a través de la comprobación (fórmula), pudiendo existir discrepancia entre la sumatoria de colágeno más carbohidratos y el tamaño de la porción, inherentes a las diferencias encontradas en la determinación de proteína (análisis).

Estudios DE Calidad PROFECO

Dispositivos de almacenamiento externo

Facilitan la transferencia de archivos de una computadora a otra.

Tiempo de lectura: 10 minutos.

Los dispositivos de almacenamiento externo son aparatos portátiles que se utilizan para leer, grabar y guardar datos desde una computadora.

¿Qué puedes hacer con ellos?

Al ser aditamentos de entrada y salida puedes extraer información de una computadora y guardarla en el dispositivo. También copiar los datos almacenados en él y transferirlos a otra computadora, como:

- Programas
- Documentos de texto
- Tablas
- Gráficos
- Presentaciones
- Imágenes
- Audios
- Videos

Los más comunes son:

Memorias flash tipo USB

Discos duros externos

- HDD, por sus siglas en inglés
- SSD, por sus siglas en inglés

FICHA TÉCNICA

Realización del estudio: del 10 de febrero al 15 de marzo del 2022.
Adquisición de muestras: del 15 al 21 de febrero del 2022.
Marcas / Modelos analizados discos duros: 5/6.
Marcas/modelos analizados memorias flash USB: 9/14.
Pruebas realizadas: 160.

NORMATIVIDAD

- **NOM-001-SCFI-2018**. Aparatos electrónicos-Requisitos de seguridad y métodos de prueba.
- **NOM-019-SCFI-1998**. Seguridad de equipo de procesamiento de datos.
- **NOM-024-SCFI-2013**. Información comercial para empaques, instructivos y garantías de los productos electrónicos, eléctricos y electrodomésticos.
- **NOM-008-SCFI-2002**. Sistema General de Unidades de Medida.

Procedimientos de prueba de la Dirección General de Protección al Consumidor.

maxell
SanDisk
16GB
ADATA
ADATA
ADATA
ADATA
HYUNDAI
ADATA
ADATA
Steren
Steren
ADATA

CONOCE EL ESTUDIO

Se analizaron

6 modelos de **5** marcas de discos duros con capacidad de almacenamiento de un Terabyte [1]

14 modelos de **9** marcas de memorias flash USB con capacidad de almacenamiento de 16 GB [2], 32 GB y 64 GB.

LAS PRUEBAS

Todos los productos fueron sometidos a las siguientes pruebas:

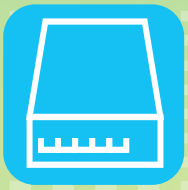
Información al consumidor

Se verificó que el empaque contenga:
- Nombre del fabricante
- Marca registrada u otras marcas descriptivas
- Tensión eléctrica
- Símbolo y/o siglas del tipo de alimentación

Además, cuando presenten instructivo y póliza de garantía debe ser en español.

Por último, que tengan los requisitos de la NOM-024-SCFI-2013 y lo establecido en el capítulo 23 de la NOM-019-SCFI-1998.

[1] En valores redondeados: un Terabyte (TB) representa aproximadamente 1,000 Gigabytes (GB) o aproximadamente 1,000,000 Megabytes (MB) o 1,000,000,000 kilobytes (kB). Por ejemplo, una carta de una cuartilla con una imagen fotográfica de alta resolución insertada como fondo puede tener un tamaño de alrededor de 1 MB, mientras que una carta de una cuartilla con solamente texto puede tener un tamaño de apenas 50 kB o 0.05 MB.
[2] GB o Gigabytes (ver nota anterior).



Pruebas de desempeño

Se llevaron a cabo las siguientes pruebas con el *software* "HD Tune Pro" en una computadora de escritorio con microprocesador Intel Core i5-10400 @2.90 GHz, 8 GB de memoria RAM y sistema operativo Windows 10 Pro:

- **Velocidad en transferencia de datos**
  Se determinó el nivel del desempeño en lectura y escritura de archivos. Con estos datos se sabe la velocidad máxima de transferencia en ambos parámetros.
  Esta prueba representa el comportamiento del dispositivo para respaldar información, desde o hacia una computadora, y simular la instalación de varias aplicaciones (*software*) en dicho equipo.

- **Velocidad máxima en grabación y lectura**
  Se llevó a cabo para determinar el número de entradas y salidas de datos por segundo, lo cual reproduce el comportamiento del disco duro en situaciones como instalar un programa, un sistema operativo o grabar archivos multimedia.

- **Errores por uso intensivo**
  Durante 10 días se les simuló un uso intensivo grabando datos y después borrándolos en bloques de archivos con tamaños adecuados a su capacidad de almacenamiento. Después se analizó si la información almacenada presentó errores o daños definitivos.

Daño por caída

En tres ocasiones se les dejó caer desde una altura de 75 cm (nivel promedio de una mesa) en tres posiciones distintas sobre una superficie de cemento. Se verificó que no sufrieran daño permanente, como la imposibilidad de leer y escribir datos, o que la información almacenada no sufriera daños.

Daño por compresión

Se simuló una situación extrema de uso, como llevar el dispositivo en una mochila con objetos dentro (libros o cuadernos) y con la posibilidad de someterlo a una alta presión que pudiese dañar su envolvente.

Se les aplicaron tres compresiones con un peso distinto cada una y durante cinco segundos cada vez. Tras la última compresión se comprobó si presentaron algún daño físico.

Posteriormente se analizó si seguían funcionando correctamente o si presentaron errores o fallos en la lectura y escritura de la información.

Calentamiento

Durante la prueba de Errores por uso intensivo se midió la temperatura que alcanzaron en zonas accesibles (en las memorias USB) y en las conexiones del disco duro (el cable USB de interconexión) y su superficie. Así se determinó el calentamiento que pueden tener los dispositivos en un uso intensivo.

Atributos

Mencionamos características como el peso y las dimensiones de cada dispositivo para que lo consideres al realizar tu compra.

Discos Duros Externos Portátiles

WD Element

/ WDBUZG0010BBK-WESN
/1 TB/ Tailandia / 2 años

E $1,740

Peso sin cable (con cable) (g)/ Dimensiones (cm)/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
132.3 (153) g/ 11.01 x 8.23 x 1.51 cm / USB 3.0	E

Velocidad máxima en grabación y lectura	Errores por uso intensivo
E	E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	Daño por compresión (1)
Tras aplicar la prueba presentó un leve deterioro en el envolvente del disco duro, sin que se impidiese su uso posterior.	Sin daño

Calentamiento (2)

Imperceptible

Resaltamos

- Incluye cable USB.

Transcend

/ Storejet 25M3
/ 1TB/ Taiwán / 1 año

E $1,465

Peso sin cable (con cable) (g)/ Dimensiones (cm)/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
189.3 (208.4) g/ 12.92 x 8.08 x 1.59 cm / USB 3.0	MB

Velocidad máxima en grabación y lectura	Errores por uso intensivo
E	E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	Daño por compresión (1)
0	Sin daño

Calentamiento (2)

Imperceptible

Resaltamos

- Cuenta con cubierta antigolpes y caídas.
- Incluye cable USB.

Simbología: E Excelente · MB Muy Bueno · B Bueno · S Suficiente

$ Precio Promedio

$ Precio obtenido por Internet los días 30 y 31 de marzo del 2022.

Precios Promedio de Dispositivos de Almacenamiento en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Guadalajara, Monterrey y Puebla, recabados del 22 al 31 de marzo del 2022.

Seagate

/ STEA100040
/ 1 TB/ China / No presenta

MB $1,839

Peso sin cable (con cable) (g)/ Dimensiones (cm)/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
125 (145) g/ 11.68 x 7.98 x 1.45 cm / USB 3.0	B

Velocidad máxima en grabación y lectura	Errores por uso intensivo
E	E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	Daño por compresión (1)
0	Sin daño

Calentamiento (2)
Imperceptible

Resaltamos

- Ofrece un *software* para recuperación de información propio de la marca.
- Incluye cable USB.

ADATA

/ HD710PRO
/ 1 TB/ China / No presenta

MB $1,782

Peso sin cable (con cable) (g)/ Dimensiones (cm)/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
216.7 (236.9) g/ 13.36 x 9.79 x 2.16 cm / USB 3.2	B

Velocidad máxima en grabación y lectura	Errores por uso intensivo
E	E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	Daño por compresión (1)
0	Sin daño

Calentamiento (2)
Imperceptible

Resaltamos

- Cuenta con cubierta antigolpes y caídas.
- Incluye cable USB.

Notas:

(1) Se somete al dispositivo a una situación extrema de uso para la cual no está diseñado; sin embargo, ofrece una referencia sobre su calidad de materiales y ensamble.
(2) Todos los niveles de calentamiento se consideran aceptables para un uso confiable y seguro del dispositivo.

Discos Duros Externos Portátiles

Toshiba

/ Canvio Basics (HDTB410XK3AA)
/ 1 TB/ Filipinas / 1 año

B **$1,637**

Peso sin cable (con cable) (g)/ **Dimensiones** (cm)/ **Conectividad**
121.2 (140) g/ 10.89 x 7.89 x 1.39 cm / USB 3.0

Velocidad en transferencia de datos
B

Velocidad máxima en grabación y lectura
MB

Errores por uso intensivo
E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)
0

Daño por compresión (1)
Presentó daño funcional total

Calentamiento (2)
Mínimo

Resaltamos
- Ofrece un *software* para recuperación de información propio de la marca.
- Incluye cable USB.

ADATA

/ HV620S
/ 1 TB/ Taiwán / 90 días en tienda

B **$1,664**

Peso sin cable (con cable) (g)/ **Dimensiones** (cm)/ **Conectividad**
136.4 (140.8) g/ 11.48 x 7.76 x 1.24 cm / USB 3.0

Velocidad en transferencia de datos
B

Velocidad máxima en grabación y lectura
MB

Errores por uso intensivo
E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)
Tras aplicar la prueba presentó un leve deterioro en el envolvente del disco duro, sin que se impidiese su uso posterior.

Daño por compresión (1)
Sin daño

Calentamiento (2)
Imperceptible

Resaltamos
- Incluye cable USB.

Simbología: E Excelente · MB Muy Bueno · B Bueno · S Suficiente · $ Precio Promedio

Memorias tipo flash USB

Precios Promedio de Dispositivos de Almacenamiento en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Guadalajara, Monterrey y Puebla, recabados del 22 al 31 de marzo del 2022.

Kingston

/ MFD-032/C
/ 32 GB/ Taiwán / 5 años

E $159

Peso (g)**/ Dimensiones** (cm) **/ Material/ Conectividad**
7.1 g/ 5.87 x 1.86 x 0.89 cm/ Plástico / USB 3.0

Velocidad en transferencia de datos
E

Velocidad máxima en grabación y lectura
E

Errores por uso intensivo
E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)
0

Daño por compresión (1)
Sin daño.

Calentamiento (2)
Moderado

Para considerar
- Solo cuenta con conexión USB tipo C, por lo que deberás conseguir un adaptador si tu computadora no tiene ese tipo de puerto.

Steren

/ MFD-032/ DUAL
/ 32 GB/ China / No presenta

E $269

Peso (g)**/ Dimensiones** (cm) **/ Material/ Conectividad**
23.6 g/ 7.02 x 1.71 x 0.93 cm/ Metálico / USB 3.0

Velocidad en transferencia de datos
E

Velocidad máxima en grabación y lectura
E

Errores por uso intensivo
E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)
Presentó daño funcional total.

Daño por compresión (1)
No se realizó la prueba ya que presentó daño después de la caída libre, quedando inutilizable.

Calentamiento (2)
Imperceptible

Resaltamos
- Tipo giratorio.
- Terminal dual (USB tipo A y terminal USB tipo C).

Notas:
(1) Se somete al dispositivo a una situación extrema de uso para la cual no está diseñado; sin embargo, ofrece una referencia sobre su calidad de materiales y ensamble.
(2) Todos los niveles de calentamiento se consideran aceptables para un uso confiable y seguro del dispositivo.

Memorias tipo flash USB

Strontium

/ SR16GRDPOLLEX/ 16 GB
/ Singapur / 3 meses

E $115

Peso (g)**/ Dimensiones** (cm) **/ Material/ Conectividad**
2.8 g/ 4.83 x 1.76 x 0.60 cm/ Plástico / No indica

Velocidad en transferencia de datos
E

Velocidad máxima en grabación y lectura
MB

Errores por uso intensivo
E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)
0

Daño por compresión (1)
Sin daño.

Calentamiento (2)
Imperceptible

Para considerar
- De tamaño pequeño.
- No incluye tapa.

Kingston

/ Exodia/ DTXBL-32G
/ 32 GB/ Taiwán / 5 años

E $133

Peso (g)**/ Dimensiones** (cm) **/ Material/ Conectividad**
10.4 g/ 5.48 x 2.15 x 1.02 cm/Plástico / USB 3.0

Velocidad en transferencia de datos
MB

Velocidad máxima en grabación y lectura
E

Errores por uso intensivo
E

Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)
0

Daño por compresión (1)
Sin daño.

Calentamiento (2)
Moderado

Simbología: E Excelente · MB Muy Bueno · B Bueno · S Suficiente · $ Precio Promedio

Precios Promedio de Dispositivos de Almacenamiento en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Guadalajara, Monterrey y Puebla, recabados del 22 al 31 de marzo del 2022.

ADATA

/ UV240/ 32 GB
/ Taiwán / 5 años *

MB **$129**

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
18 g/ 5.49 x 2.09 x 0.81 cm/ Plástico / USB 2.0	MB
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
MB	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
Presentó daño funcional total.	No se realizó la prueba ya que presentó daño después de la caída libre, quedando inutilizable.
Resaltamos	**Calentamiento** (2)
• La tapa es giratoria, no se libera del cuerpo de la memoria.	Imperceptible

*La garantía no está presente en el empaque, se consulta en la página de internet www.adata.com.

Verbatim

/ 98697
/ 32 GB/ Taiwán / 5 años

MB **$109**

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
8.8 g/ 5.84 x 2.12 x 0.93 cm/ Plástico / USB 2.0	MB
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
MB	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
0	Sin daño.
Resaltamos	**Calentamiento** (2)
• Tipo retráctil.	Mínimo

Notas:

(1) Se somete al dispositivo a una situación extrema de uso para la cual no está diseñado; sin embargo, ofrece una referencia sobre su calidad de materiales y ensamble.
(2) Todos los niveles de calentamiento se consideran aceptables para un uso confiable y seguro del dispositivo.

Memorias tipo flash USB

Sandisk

/ SDCZ71016GB35
/ 16 GB/ Malasia / 5 años

MB $147

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
5 g/ 3.43 x 1.20 x 0.45 cm/ Metálico / USB 2.0	MB
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
MB	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
0	Sin daño.
	Calentamiento (2)
	Moderado

Para considerar

- De tamaño pequeño.
- No incluye tapa.

ADATA

/ UV220
/ 16 GB/ Taiwán / 5 años*

MB $110

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
8 g/ 5.48 x 1.93 x 0.96 cm/ Plástico / USB 2.0	B
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
E	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
0	Sin daño.
	Calentamiento (2)
	Moderado

Resaltamos

- Tipo retráctil.

*La garantía no está presente en el empaque, se consulta en la página de internet www.adata.com.

Simbología: E Excelente · MB Muy Bueno · B Bueno · S Suficiente · $ Precio Promedio

Precios Promedio de Dispositivos de Almacenamiento en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Guadalajara, Monterrey y Puebla, recabados del 22 al 31 de marzo del 2022.

ADATA

/ C906/ 16 GB
/ Taiwán / 5 años *

MB $109

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
7.9 g/ 5.79 x 1.76 x 1.05 cm/Plástico / USB 2.0	B
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
E	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
0	Presentó daño funcional total.
	Calentamiento (2)
	Imperceptible

*La garantía no está presente en el empaque, se consulta en la página de internet www.adata.com.

ADATA

/UV220
/32 GB/ China / 5 años *

B $129

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
8 g/ 5.48 x 1.93 x 0.97 cm/ Plástico / USB 2.0	B
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
MB	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
0	Sin daño.
	Calentamiento (2)
	Imperceptible

*La garantía no está presente en el empaque, se consulta en la página de internet www.adata.com.

Notas:

(1) Se somete al dispositivo a una situación extrema de uso para la cual no está diseñado; sin embargo, ofrece una referencia sobre su calidad de materiales y ensamble.
(2) Todos los niveles de calentamiento se consideran aceptables para un uso confiable y seguro del dispositivo.

Memorias tipo flash USB

MAXELL

/ 503804
/ 32 GB/ China / No presenta

B $138

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
9.1 g/ 6.21 x 2.74 x 1.00 cm/ Plástico / USB 2.0	B
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
B	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
0	Sin daño.
	Calentamiento (2)
	Imperceptible

Resaltamos

- Tipo retráctil.
- Cuenta con programa de encriptación.

SP

/ Ultima U05
/ 64 GB/ Taiwán / 5 años

B $249

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
8.4 g/ 0.54 x 2.02 x 0.98 / Plástico / USB 2.0	B
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
B	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
0	Sin daño.
	Calentamiento (2)
	Mínimo

Resaltamos

- Cuenta con una carpeta de servicio grabada en ella desde donde se activa la garantía.
- Ofrece un *software* para recuperación de información propio de la marca.

Simbología: E Excelente · MB Muy Bueno · B Bueno · S Suficiente · $ Precio Promedio

Precios Promedio de Dispositivos de Almacenamiento en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Guadalajara, Monterrey y Puebla, recabados del 22 al 31 de marzo del 2022.

Hyundai Technology

/ U2A/ 32GAS
/ 32 GB/ China / No presenta

B **$150**

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
6.4 g/ 3.89 x 1.22 x 0.46 cm / Plástico / USB 2.0	S
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
B	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
0	Sin daño.
	Calentamiento (2)
	Imperceptible

Para considerar

- De tamaño pequeño.
- No incluye tapa.

Steren

/ MFD-064S
/ 64 GB/ China / No presenta

B **$199**

Peso (g)/ Dimensiones (cm) / Material/ Conectividad	Velocidad en transferencia de datos
9.3 g/ 5.75 x 1.82 x 0.85 cm/ Plástico / USB 2.0	S
Velocidad máxima en grabación y lectura	**Errores por uso intensivo**
B	E
Daño por caída (Número de errores detectados después de la caída libre)	**Daño por compresión** (1)
0	Sin daño.
	Calentamiento (2)
	Imperceptible

Notas:

(1) Se somete al dispositivo a una situación extrema de uso para la cual no está diseñado; sin embargo, ofrece una referencia sobre su calidad de materiales y ensamble.
(2) Todos los niveles de calentamiento se consideran aceptables para un uso confiable y seguro del dispositivo.

CONCLUSIONES

TIENE DOBLE CONEXIÓN A LA COMPUTADORA

Puede conectarse por puerto USB A y USC tipo C:

STEREN
/MFD-032/ DUAL/ 32 GB
/ China / No presenta

SOLO TIENE CONEXIÓN USB TIPO C

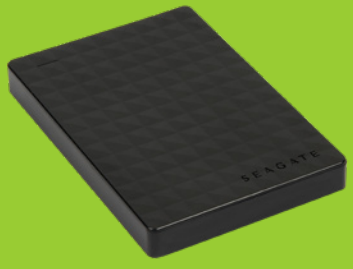
Si tu computadora no cuenta con este tipo de puerto, deberás conseguir un adaptador:

Kingston
/ MFD-032/C
/ 32 GB/ Taiwán / 5 años

PODRÁS RECUPERAR INFORMACIÓN

En caso de requerirlo podrás hacerlo gracias a un *software* que tienen para ello:

SP
/ Ultima U05
/ 64 GB/ Taiwán / 5 años



Seagate
/ STEA100040
/ 1 TB/ China
/ No presenta

Toshiba
/ Canvio Basics
(HDTB410XK3AA)
/ 1 TB/ Filipinas / 1 año

PODRÁS ENCRIPTAR TUS ARCHIVOS

Gracias al *software* que ofrecen podrás "ocultar" tus archivos y solo podrán ser abiertos con la contraseña que utilizaste para encriptarlos.

Transcend
/ Storejet 25M3
/ 1TB/ Taiwán / 1 año

TIENEN ENVOLTURA ANTIGOLPES

Incluyen un envolvente antigolpes e impactos que sí protege ante posibles caídas

ADATA
/ HD710PRO
/ 1 TB/ China
/ No presenta

Transcend
/ Storejet 25M3
/ 1TB/ Taiwán
/ 1 año

RECOMENDACIONES

De compra

ADQUIÉRELO EN EL COMERCIO FORMAL

Es mejor si lo haces en establecimientos reconocidos, ya que tendrás la seguridad que tu dispostivo no contiene virus.

GUARDA TU COMPROBANTE DE COMPRA

Si lo necesitas, podrás reclamar en la tienda donde lo adquiriste.

NO ESTÁN OBLIGADOS A DAR GARANTÍA

Por esta razón hay tiendas que te ofrecen una garantía de cambio durante cierto tiempo para que hagas tu reclamación en ellas directamente.

EVALÚA COSTO Y ALMACENAMIENTO

A mayor espacio de almacenamiento, mayor será el costo. Analiza tus necesidades y posibilidades de compra.

De uso

PROTÉGELO DE GOLPES

Procura llevar tu dispositivo en un estuche para protegerlo de golpes, caídas o presiones de objetos que puedan dañarlo.

EXTRÁELO CORRECTAMENTE

Cuando termines de utilizarlo haz clic sobre el dispositivo (en el explorador de archivos de tu sistema operativo) y elige "Expulsar".

EVITA DESCONECTARLO MIENTRAS LO USES

No desconectes tu dispositivo mientras haces una transferencia de datos, ya que además de perder tu información o estropearla, lo dañarás internamente.

QUIZÁ DEBAS FORMATEARLO

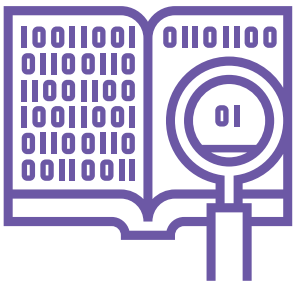
Todos los dispositivos están preparados para que al conectarlos comiences a utilizarlos. Sin embargo, no está de más que lleves a cabo un proceso de formateo de acuerdo con el sistema operativo que uses.

CONSIDERA SU ALMACENAMIENTO

Aunque estos dispositivos señalan su capacidad máxima de almacenamiento con un valor entero, una parte la usa el sistema operativo al organizar la información para acceder rápidamente a los archivos. Por ejemplo, 1 TB te ofrecerá un espacio libre de 931 GB, aproximadamente.

UTILÍZALO SOLO PARA GUARDAR INFORMACIÓN

Es mejor que edites tus archivos en la computadora, ya que la conexión USB de estos dispositivos puede moverse, perder la conexión o transferencia de datos y, por consiguiente, la información.



Vocabulario informático

Si no eres experto o experta en temas informáticos, estas definiciones te ayudarán:

Gigabyte: Unidad de almacenamiento de información equivalente 1 000 000 000 de bytes. Su símbolo es GB.

Byte: Unidad compuesta por un conjunto de 8 bits.

Bit: Unidad mínima de información que solo puede tener los valores: 0 o 1.

Terabyte: Unidad de almacenamiento que equivale a 1024 veces un GB.

Memoria flash USB: Dispositivo pequeño y portátil que se conecta al puerto USB de la computadora y que no necesita energía extra para retener los datos.

Unidad de disco duro: Dispositivo de almacenamiento de datos que emplea un sistema de grabación magnética para almacenar y recuperar archivos digitales.

USB: Estándar de protocolos usados para conectar y comunicar computadoras, periféricos y dispositivos electrónicos; y proveer de alimentación eléctrica.

USB tipo C: Implementa un conector reversible y una velocidad de hasta 10 Gbit/s.

Sustentabilidad

Estos dispositivos pueden tener mucha duración. Sin embargo, ya sea por el paso del tiempo, una caída o una falla en la energía que los alimenta, pueden dejar de funcionar.

Cuando falle y hayas hecho todo lo posible para que vuelva a funcionar, no lo tires con la basura convencional. De ser posible, llévalo a una jornada de acopio de residuos electrónicos y eléctricos.

Ciudad de México
Consulta la página:
http://data.sedema.cdmx.gob.mx/reciclatron/index.html#.Yi977i-xAfs

Interior del país
Visita la página de la institución estatal encargada del cuidado del medio ambiente que te corresponda para informarte si tienen jornadas de recolección de residuos especiales.

REPARTO DE UTILIDADES

Si cuentas con este derecho, tienes la oportunidad de darle un buen uso.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

El reparto de utilidades es un monto de dinero pagado a los trabajadores por las ganancias obtenidas en la empresa donde laboran.

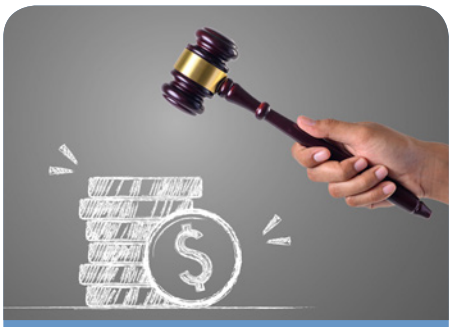
Es considerado como un incentivo que estimula la productividad y retribuye al esfuerzo productivo de quien lo recibe. No todas las empresas tienen que pagar utilidades y no todos los trabajadores tienen derecho a recibirlas.

Las utilidades, un derecho ganado

Todos los trabajadores tienen derecho a las utilidades, sin embargo, hay excepciones y no reciben esta prestación:

- Directores
- Administradores
- Gerentes generales
- Socios o accionistas
- Trabajadores eventuales que hayan laborado menos de 60 días durante el año

¿Quién no otorga utilidades?	¿Quién otorga utilidades?
• Empresas de nueva creación, durante el primer año de funcionamiento • Las empresas de nueva creación, dedicadas a la elaboración de un producto nuevo, durante los dos primeros años de funcionamiento • Las empresas de industria extractiva, de nueva creación, durante el período de exploración • Instituciones de asistencia privada • Instituto Mexicano del Seguro Social • Instituciones públicas descentralizadas con fines culturales, asistenciales o de beneficencia • Empresas que tengan un capital menor del que fije la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) por ramas de la industria	• Unidades económicas de producción o distribución de bienes o servicios de acuerdo con la Ley Federal del Trabajo (LFT) • Personas físicas o morales que tengan trabajadoras y trabajadores a su servicio, sean o no contribuyentes del Impuesto Sobre la Renta (ISR)



¿Cuánto se recibe?

Los trabajadores deben recibir alguna de las dos opciones:

1. 10% sobre la renta gravable, repartible en dos partes iguales:

- Tomando en consideración el número de días trabajados en el año, independientemente del monto de los salarios.
- En proporción al monto de los salarios devengados por el trabajo prestado durante el año.

2. Como límite máximo tres meses del salario del trabajador o el promedio de la participación recibida en los últimos tres años.

Cada ingreso extra es una oportunidad para disminuir tus deudas y organizar tus finanzas.

Si necesitas orientación y asesoría llama a la **Procuraduría Federal de la Defensa del Trabajo (Profedet)**:

800 717 2942 y 800 911 7877

orientacionprofedet@stps.gob.mx.

Recomendaciones

Hay varios usos que puedes darle a este ingreso, te dejamos algunas sugerencias:

Ahorra

Si no tienes deudas, ahorra para contar con un fondo de al menos tres meses de tus gastos cotidianos. En caso de necesitarlo, podrás enfrentar imprevistos.

Dale mantenimiento a tu patrimonio

Es una buena oportunidad para darle mantenimiento a tu casa o automóvil.

Destínalo a tu salud

Todo gasto que se traduce en salud lleva a ahorros a largo plazo. Infórmate sobre los seguros de gastos médicos mayores o adquiere coberturas adecuadas para los miembros de la familia.

Liquida deudas

Destina parte de tus utilidades para cubrir deudas. Procura que sean el capital y los intereses. Si te es posible redúcelas a niveles que te permitan contar con mayor liquidez.

En el siguiente cuadro puedes resumir:

- Acreedores
- Monto adeudado
- Tasa de interés que cobran
- Montos a pagar

Ordena la información dándole prioridad a los adeudos más caros por concepto de pagos de intereses.

Resumen de Deudas

Tarjetas y adeudos	Monto adeudado ($)	Tasa de interés anual (%)	Monto de interés pagado mensual ($)
Banco 1			
Banco 2			
Préstamo personal			
Tienda 1			
Tienda 2			
Total			

Fuentes

- Diario Oficial de la Federación 18/09/2020 Consultado el 26 de abril del 2022, en: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5600764&fecha=18/09/2020
- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. Consultado el 26 de abril del 2022, en: https://stunam.org.mx/sa/3orgacad/2008/12articulo_123.pdf
- Ley Federal del Trabajo. Arts. 117, 126 y 127. Consultado el 4 de abril del 2022, en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/156203/1044_Ley_Federal_del_Trabajo.pdf
- Secretaría del Trabajo y Presión Social. Guía para cumplir con las obligaciones en materia de Reparto de Utilidades. Consultado el 5 de abril del 2022, en: https://www.gob.mx/stps/documentos/guia-para-cumplir-con-las-obligaciones-en-materia-de-reparto-de-utilidades
- Secretaría del Trabajo y Presión Social. Publica guía para cumplir con las obligaciones en materia de Reparto de Utilidades. Consultado el 5 de abril del 2022, en https://www.gob.mx/stps/prensa/publica-stps-la-guia-para-cumplir-con-las-obligaciones-en-materia-de-reparto-de-utilidades?idiom=es
- Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef) CONDUSEF recomienda a Instituciones Financieras cautela en el otorgamiento de créditos. Consultado el 6 de abril del 2022, en: https://www.condusef.gob.mx/?p=contenido&idc=946&idcat=1
- Preahorro Blog. Cómo crear un fondo de emergencia paso a paso. Consultado el 6 de abril del 2022, en: https://preahorro.com/finanzas-personales/como-crear-tu-fondo-de-emergencia-paso-a-paso/.
- Reparto de Utilidades o PTU en México: todo lo que tienes que saber en tu empresa. Consultado el 6 de abril del 2022https://factorial.mx/blog/reparto-utilidades-ptu-rh/

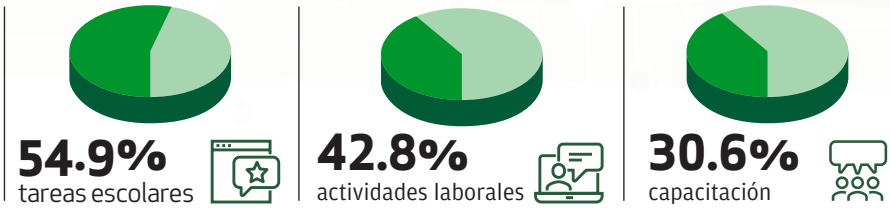
LA TECNOLOGÍA ALIADA PARA EL TRABAJO Y ESTUDIO

Computadoras de escritorio, laptops y tabletas facilitan tareas del día a día.

Tiempo de lectura: 5 minutos.

De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2020, en México se estimaron que había 44.4 millones de usuarios de computadoras.

Las actividades que realizaron en ellas fueron:



Precios de algunos dispositivos

Te presentamos algunos productos que puedes encontrar en diversos establecimientos, así como sus características y precios de referencia.

Según la paquetería que adquieras, estos equipos pueden servirte para trabajar en:

- Procesador de textos
- Hoja de cálculo
- Presentaciones

Y con conexión a Internet podrás acceder a:

- Correo electrónico
- Videollamadas

La variación en los precios dependerá de las características técnicas y accesorios. Además, cada día surgen nuevos productos y funciones, lo cual se refleja en el costo.

Dispositivo	Establecimiento [1]	Marca / Modelo / Características	Precio desde o único [2]
Computadora de escritorio	Walmart	• **Xtreme PC** • Intel Dual Core • 8 GB RAM • Disco duro 500GB • Monitor WIFI RGB XTREME • PC GAMING XTACI-CEL8GBHD610M	**$6,999.00**
	Liverpool es parte de mi vida	• **HP 21-b0000la** • Intel Celeron • 20" Full HD • 8 GB RAM • Disco duro 1 TB HDD	**$10,599.00**
	Office DEPOT	• **Hp Slim S01-AF1004BLA** • Intel Celeron • 22" • Disco duro 1 TB • 4 GB RAM • Negro	**$10,999.00**
	Coppel	• **Lenovo AIO 330-20AST** • AMD AIO 330-20AST • 19.5" • 4 GB RAM • Disco duro 1 TB HDD • Blanco	**$11,799.00**

Dispositivo	Establecimiento [1]	Marca / Modelo / Características	Precio desde o único [2]
Computadora portátil o Laptop	Coppel	• **Lenovo Chromebook 11.6 1.6ghz** Intel Celeron N3050 Dual Core • 4 GB Ddr3 RAM • Disco 16 GB • Emmc 1366 X 768 Lcd Reacondicionado	$2,796.00
	Liverpool es parte de mi vida	• **Chromebook Lenovo 100e 2a Generación** • AMD A4-9120C • 11.6" HD • RAM 4 GB • Almacenamiento 32 GB • Radeon R4 • Google Chrome	$4,099.00
	Walmart	• **EVOO ULTRA THIN** • Intel celeron N3350 • 4 GB RAM • Disco 64 GB EMMC	$5,099.00
	OfficeMax	• **Asus BR1100CKA** • Celeron N4500 • 4 GB RAM • 64 GB • 11.6" • Gris	$6,199.00
	Office DEPOT	• **Ghia Libero LH514CP** • Intel Celeron • 14.1" • 128GB eMMC • 4GB RAM • Negro	$6,499.00
Tableta o tablet	OfficeMax	• **Tableta XP-PEN Deco Mini 4**	$1,059.00
	Office DEPOT	• **TechPad I781** • 7" • 8 GB • 1 GB RAM • Android 4.4 • Negro	$1,199.00
	Coppel	• **Tablet Digital Wacom One CTL472L One CTL472L** • Negra	$1,299.00
	Walmart	• **STYLOS CEREA 3G V2 Quad** • Core • 1 GB • 16 GB • Android 10.0 • Blanco STTA3G2W STYLOS CEREA 3G	$1,299.00
	Liverpool es parte de mi vida	• **Tablet Stylos Taris** • 7" • 1 GB RAM	$1,547.00

[1] Esta selección se hizo de forma aleatoria y no significa recomendación alguna.

[2] Los precios mostrados son únicamente de referencia. En el mercado puedes encontrar precios más bajos y más altos y con diferentes características a los mostrados en el cuadro.

Para mayor información sobre los productos, precios, características técnicas, entre otra información, consulta directamente con el proveedor del producto.

Si vas a adquirir un equipo nuevo de cómputo, considera tu presupuesto.

Algunas opciones de compra

Forma de pago	Ventajas	Desventajas
De contado Si pagas en una sola exhibición, te olvidas de pagar cada mes.	• La disponibilidad del bien es inmediata. • No generas una deuda a largo plazo. • El precio podría ser menor que si la compras a crédito. • No pagas intereses.	• Desembolsas una cantidad importante de efectivo y te quedas sin liquidez.
A crédito Puede ser con tarjeta de crédito bancaria o de tienda departamental.	• Compras aunque no cuentes con el total de efectivo. • Mantienes liquidez económica.	• La tarjeta de crédito no es dinero adicional, es un financiamiento que se debe pagar. • Por su uso pagarás intereses y comisiones. • Se genera un adeudo a mediano o largo plazo. • Incrementa el costo total del producto. • En algunos casos pagas comisión por apertura de crédito. • Pagas intereses moratorios si no liquidas el total de la mensualidad.
Meses sin intereses Si cubres el pago mensual de la compra no se cobran intereses por el financiamiento. Puedes pagar de 3 a 18 meses, de acuerdo con la promoción del establecimiento.	• Puedes adquirir bienes cuyo precio de contado no es posible pagar. • Aprovechas las promociones o descuentos sin comprometer tus ingresos futuros.	• Varios productos pagados bajo esta modalidad pueden hacer que tu pago mensual se incremente. • Si te atrasas en tus pagos acabarás pagando intereses y endeudándote a un plazo mayor que el esquema original.
Crédito a pagos fijos Te permite bajar el monto del pago que debes realizar cada mes.	• Realizas pagos por la misma cantidad de dinero en un plazo que te resulte más cómodo.	• Te cobran intereses moratorios si no cumples con las mensualidades. • El importe final a pagar puede resultar muy alto.
Con cargo al recibo del servicio telefónico Algunas empresas ofrecen la opción de adquirir diversos productos por este medio.	• Pagas en un solo recibo varios servicios y productos. • Conoces el monto a pagar cada mes. • Obtienes el artículo de inmediato.	• Debes tener contratado el servicio telefónico con la compañía que vende el producto. • No hay descuentos por pagos adelantados.

Recomendaciones

Piensa qué necesitas

Analiza el tipo de equipo que requieres. No necesariamente lo más caro o de moda puede ser lo mejor para ti.

No rebases tu presupuesto

Esto es importante cada vez que adquieras algo, procura no gastar más de lo que puedes pagar.

Elige entre varias opciones

Compara en diferentes establecimientos formales y solicita información sobre la garantía del producto antes de adquirirlo.

Considera características como:

- Movilidad
- Acceso a Internet (descarga o navegación)
- Procesador de datos
- Almacenamiento de información
- Edición de fotografías y video
- Capacidad del disco duro
- Memoria RAM
- Tipo de procesador
- Tamaño de la pantalla

Ten en cuenta las aplicaciones que usarás, ya que van de la mano con las especificaciones técnicas.

Fuentes:
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares 2020 (ENDUTIH). "Comunicado de prensa núm. 352/21 22 de junio de 2021". Consultado el 6 de abril 2022, en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/OtrTemEcon/ENDUTIH_2020.pdf
- Sitio web Forbes. "El 50% de la fuerza laboral de EE. UU. pronto será remota. Así es como los fundadores pueden administrar estilos de trabajo flexibles". Consultado el 7 de abril de 2022, en: https://www.forbes.com/sites/samantharadocchia/2018/07/31/50-of-the-us-workforce-will-soon-be-remote-heres-how-founders-can-manage-flexible-working-styles/?sh=3e901d705767
- Sitios Wework. "Los beneficios del trabajo remoto para empleados y gerentes". Consultado el 7 de abril de 2022, en: https://www.wework.com/es-LA/ideas/professional-development/management-leadership/benefits-of-working-remotely

QUÉ HACER SI...

TIEMPOS COMPARTIDOS

Compromisos económicos a largo plazo para vacacionar.

Tiempo de lectura: 5 minutos.

¿Qué son?

Un sistema vacacional que, mediante el pago de una cantidad de dinero durante un periodo específico, permite acceder por intervalos de tiempo al uso periódico de las instalaciones de un desarrollo turístico.

Tus derechos como consumidor

Recibir información clara, veraz y comprobable
En especial sobre los términos y condiciones del contrato, así como los costos del servicio. El proveedor no debe aplicar cargos sin tu consentimiento o que no deriven del contrato.

Consultar los contratos de adhesión
Recuerda que deben estar registrados ante la Profeco. Revisa la página: https://rpca.profeco.gob.mx/

Comprobar que el proveedor cuente con un seguro
Que ampare tu integridad física y pertenencias, así como por daños y siniestros causados al inmueble.

Cancelar el contrato
Siempre y cuando lo solicites dentro de los 5 días hábiles siguientes a la firma. Transcurrido este plazo el proveedor podrá aplicar las penas convencionales establecidas en el contrato.

Recibir la devolución de tu dinero
En un plazo máximo de 15 días hábiles, si cancelaste el contrato dentro del plazo establecido.

Recibir alojamiento alternativo en el mismo destino
En un desarrollo de categoría y calidad similares o mejores, cuando el proveedor no pueda prestar el servicio por causas imputables a él.

Recibir el pago de los gastos de traslado
Necesarios y comprobables que hayas realizado para llegar al establecimiento y el regreso si no te brindaron alojamiento alternativo y en 15 días máximo.

Exigir el pago de las penas convencionales
Establecidas en el contrato, en caso de incumplimiento.

Presentar una queja en la Profeco
Si el proveedor no te da respuesta ante un incumplimiento del contrato.

Recomendaciones

Lee el contrato
Revisa que esté registrado ante la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) y leélo cuidadosamente.

Que no te presionen
Sé firme en tus decisiones y no cedas ante la presión de los vendedores para firmar cualquier documento.

Si dudas, no pagues
No realices pagos o anticipos si no estás seguro de tu decisión o no has comprendido los términos del contrato.

Piensa en tus finanzas
Revisa tu capacidad de pago y valora si tú y tu familia aprovecharán lo contratado y su disponibilidad para viajar.

Evita formalizar tratos en espacios públicos
Esto puede ser en eventos realizados en plazas comerciales, salones o en redes sociales.

No aceptes o consumas bebidas alcohólicas
Ya sea durante el ofrecimiento de venta o pláticas informativas. Recuerda que tus decisiones debes tomarlas en tus cinco sentidos.

Revisa los datos de contacto
Checa que el proveedor informe su:

- Nombre
- Razón social
- Domicilio completo en México
- Teléfono
- Correo electrónico

Recuerda que la Profeco no puede actuar si no cuenta con estos datos.

Revisa si el proveedor tiene quejas

Consulta el Buró Comercial, en él podrás checar si el proveedor tiene quejas ante la Profeco. Solo ingresa su nombre o razón social en:

https://burocomercial.profeco.gob.mx/

Si resides fuera del país y contrataste con un proveedor con domicilio en México, envía tu queja a:

extranjeros@profeco.gob.mx.

Adjunta copia de tu identificación oficial, del contrato y demás documentación entregada por el proveedor y describe brevemente el motivo de tu reclamación.

Teléfono del consumidor
55 5568 8722 y 800 468 8722
De lunes a viernes de 9:00 a 19:00 horas
Sábados, domingos y días festivos de 10:00 a 18:00 horas.

También disponible en:
http://telefonodelconsumidor.gob.mx/

55 8078 0484
55 8078 0485
55 8078 0488
55 8078 0344

@Profeco
@AtencionProfeco

Profeco Oficial

Apps para planear tus vacaciones

Organizarte permite que ahorres y disfrutes sin preocupaciones.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Existen aplicaciones que facilitan la organización de tus vacaciones, ofrecen destinos turísticos y complementos que te ayudarán a planear tu viaje de acuerdo a tu presupuesto.

Te presentamos algunos de sus beneficios así como una serie de recomendaciones para que saques el mejor provecho:

BENEFICIOS

Puedes ahorrar
Generalmente, encuentras más promociones y ofertas que en una tienda física.

Comparas opciones
Con esta información puedes tomar una mejor decisión de compra.

Búsqueda personalizada
Puedes filtrar por precio, calidad y el tiempo que necesites.

Reservas fácil y rápido
No necesitas un intermediario, lo que te ahorra tiempo y dinero.

Promociones a destinos específicos
Podrían ser al lugar que quieres ir o uno que no conoces pero te gustaría.

***Check-in* y pase de abordar digital**
Esto evita que, en algunos casos, hagas filas en el mostrador de la aerolínea.

Confirmas o cancelas tu reservación
Es fácil, rápido y además ahorras papel.

Consultas tu itinerario de viaje
Organizar tus recorridos te ayuda a ahorrar tiempo y dinero.

Personalizas tu reservación
Si hay servicios adicionales, puedes considerar si entran en tu presupuesto.

Actualizaciones
Puedes revisar el estatus de tus reservaciones al momento.

Aprovecha los beneficios que ofrece la tecnología al reservar tus vacaciones.

RECOMENDACIONES

Planea tu viaje
Traza rutas y analiza qué tipo de transporte te conviene.

Haz un presupuesto
Que sea acorde con tus ingresos y los pagos que realizarás.

Lee los términos y condiciones
Antes de reservar, revisa todo lo relativo al servicio que estás adquiriendo.

Confirma antes de pagar
Asegúrate que los datos de tu reservación se registren correctamente.

Exige el comprobante de pago
Te servirá en caso de alguna inconformidad.

Asegúrate de tener el contacto del proveedor
Tendrás la garantía de que podrás contactarlo si lo necesitas.

Comprueba tu reservación
Contacta al proveedor y revisa que tu reservación se haya realizado.

Algunas *Apps*

Booking
Kayak
Tripadvisor
Google Flights
Skyscanner
Despegar

Tienes derecho a que los proveedores te informen y respeten precios, tarifas, garantías, reservaciones y las condiciones de tu viaje.

Fuentes
• AMVO (2021). Estudio sobre Venta Online en Viajes – 2021 | AMVO. [online] Disponible en: https://www.amvo.org.mx/estudios/estudio-sobre-venta-online-en-viajes-2021/. Consultado el 2 de marzo del 2022.
• Aeroméxico (2022). Aeroméxico. [online] Google.com. Disponible en: https://play.google.com/store/apps/details?id=com.aeromexico.app&hl=es_MX. Consultado el 2 de marzo del 2022.
• Skyscanner (2022). Skyscanner | Encuentra los vuelos más baratos en un instante: ¡ahorra tiempo y dinero! [online] Disponible en: https://www.skyscanner.com.mx/. Consultado el 2 de marzo del 2022.
• Google (2017). Google Travel. [online] Disponible en: https://www.google.com/travel/. Consultado el 2 de marzo del 2022.
• KAYAK. (2022). Busca vuelos, hoteles y autos de alquiler | KAYAK. [online] Disponible en: https://www.kayak.com.mx/. . Consultado el 2 de marzo del 2022.
• Despegar. (2022). Viajes baratos y experiencias únicas de viajes | Despegar. [online] Disponible en: https://www.despegar.com.mx/. Consultado el 2 de marzo del 2022.
• Booking (2022). Booking.com: La mayor selección de hoteles, casas y alquileres vacacionales. [online] Disponible en: https://www.booking.com/. . Consultado el 2 de marzo del 2022.
• Tripadvisor. (2022). Más de mil millones de opiniones y aportes sobre hoteles, atracciones, restaurantes y más. [online] Disponible en: https://www.tripadvisor.com.mx/, . Consultado el 3 de marzo del 2022.

PARA SABER

EL INTERNET DE LAS COSAS

Impacta en la vida diaria haciendo labores vía remota y con la mínima intervención humana.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

El Internet de las cosas o *Internet of things* (IoT, por sus siglas en inglés), se refiere a la capacidad de cualquier objeto para conectarse a Internet (a través del Wi-Fi, datos móviles o *Bluetooth*) e interactuar con otros dispositivos.

Debido al incremento de los dispositivos IoT, el Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT) pronostica que este año 75 de cada 100 hogares tendrán acceso a Internet fijo.

Dispositivos más comunes con IoT

Electrodomésticos (aspiradoras, hornos, refrigeradores, lavadoras, entre otros)

Electrónicos (televisores, relojes, impresoras)

Focos, apagadores y enchufes

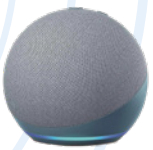
Dispositivos para monitorear la salud

Sistemas de seguridad para el hogar

Sensores

Vehículos

Asistentes de voz



Ventajas y desventajas del uso de dispositivos inteligentes

VENTAJAS

- Simplifican tu vida al personalizar tus aparatos de acuerdo a tus necesidades.
- Puedes monitorear tu estado de salud.
- Sirven para monitorear los aparatos o servicios a través de detectores o sensores en tu hogar y hacerlo más seguro.
- Ayuda a controlar qué aparatos del hogar ya no funcionan.
- Minimizan el esfuerzo y puedes ahorrar tiempo.
- Te ayudan a localizar objetos o dispositivos.

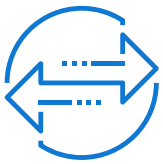
DESVENTAJAS

- La información o datos que recopilan pueden ser susceptibles a que un extraño los obtenga de manera ilegal.
- Pueden existir riesgos a la privacidad de las personas por la forma en que almacenan, procesan y recopilan los datos las empresas proveedoras.
- Algunos pueden no ser compatibles entre ellos, obligándote a adquirir nuevos o desecharlos, aunque se encuentren en perfecto estado.
- Son más costosos, por lo que no todas las personas pueden acceder a ellos.
- Pueden aumentar el consumo de energía e Internet del hogar al estar siempre conectados.
- Son más complejos de operar y mantener.

Para que los dispositivos IoT funcionen adecuadamente es necesario que recopilen datos e información personal, así que piensa bien antes de comprarlos y conoce a fondo sus políticas de privacidad.

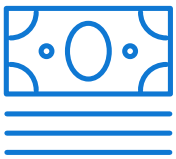
RECOMENDACIONES

Analiza si los necesitas
Si no es indispensable, no sustituyas aparatos funcionales solo por moda.



Asegúrate que sean compatibles
Revisa la compatibilidad con los sistemas operativos que utilizas.

Cerciórate que tu privacidad esté protegida
Si vas a adquirir uno, asegúrate que tus datos personales queden protegidos y tu privacidad sea respetada.



Verifica que no genere costos adicionales
Pueden ser el pago de suscripciones, uso de datos móviles, baterías, entre otros.

No los conectes a redes públicas de Wi-Fi
Utiliza contraseñas seguras, actualízalos y, en su caso, usa antivirus.

Lee condiciones de uso y almacenamiento de tu información
Considera que pueden recopilar, procesar y hasta compartir tus datos personales.

Fuentes
- Rose, K., Eldridge, S. and Chapin, L. (2015). La Internet de las Cosas—Una breve reseña. Problemas y desafíos de un mundo más conectado. [online] Internet Society (ISOC). Disponible en: https://www.internetsociety.org/wp-content/uploads/2017/09/report-InternetOfThings-20160817-es-1.pdf
- Latto, N. (2019). ¿Qué es el Internet de las cosas (IoT)? [online] ¿Qué es el Internet de las cosas (IoT)? Disponible en: https://www.avast.com/es-es/c-what-is-the-internet-of-things [Consultado 18 abril 2022].
- Lewis, K. (2017). It's easy to take Watson IoT home - Internet of Things blog. [online] IBM Business Operations Blog. Disponible en: https://www.ibm.com/blogs/internet-of-things/watson-iot-home/ [Consultado 18 abril 2022].
- Comunidad Huawei Enterprise. (2022). INTERNET DE LAS COSAS VENTAJAS Y DESVENTAJAS - Comunidad Huawei Enterprise. [online] Disponible en: https://forum.huawei.com/enterprise/es/internet-de-las-cosas-ventajas-y-desventajas/thread/839625-100761 [Consultado 18 abril 2022].
- INAI (28 de julio de 2021) Comunicado INAI/261/21. INAI Advierte Riesgos a la Privacidad por Conexión de Aparatos Domésticos al Internet. [online] Disponible en: https://home.inai.org.mx/wp-content/documentos/SalaDePrensa/Comunicados/Comunicado%20INAI-261-21.pdf
- IFT (2021) Pronósticos de los Servicios de Telecomunicaciones. Disponible en: http://www.ift.org.mx/sites/default/files/contenidogeneral/estadisticas/PronosticosTelecom2021.pdf

NADIE AFUERA

DISCRIMINACIÓN HACIA LAS MADRES SOLTERAS

Ninguna persona debe quedar fuera del acceso a derechos y oportunidades.

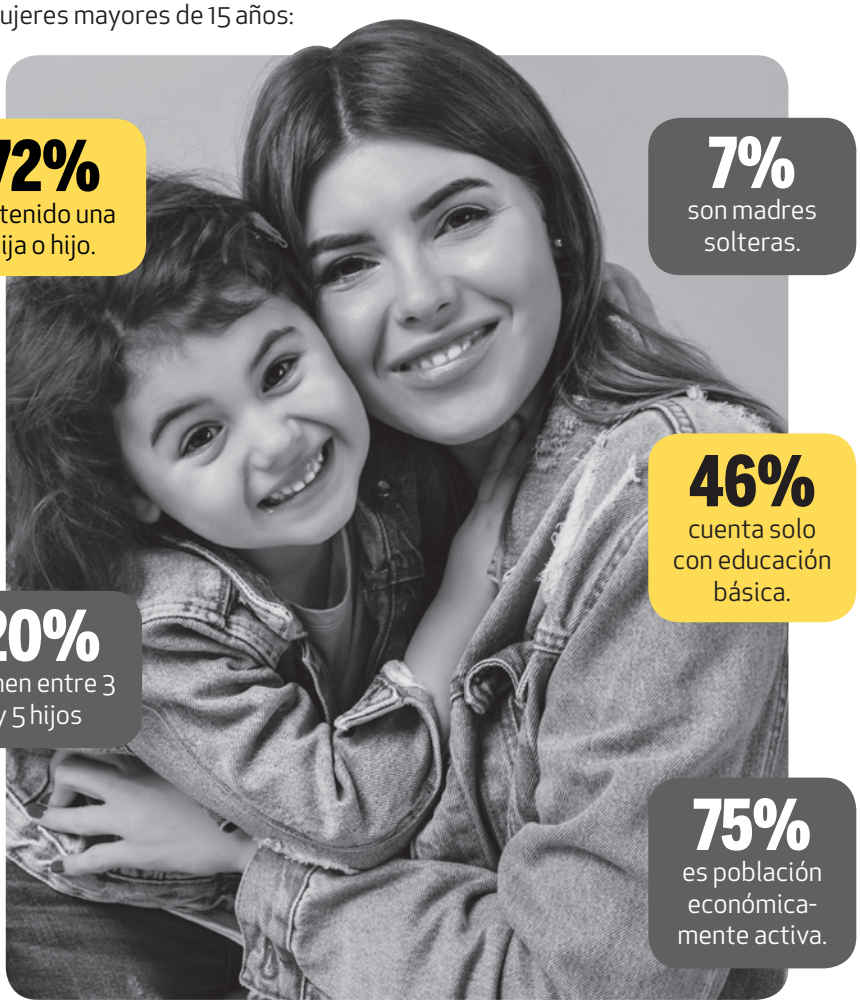
Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

En colaboración con:

GOBERNACIÓN
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN

CONAPRED
CONSEJO NACIONAL PARA PREVENIR LA DISCRIMINACIÓN

De acuerdo con el Censo Nacional de Población y Vivienda 2020[1], en México, de las mujeres mayores de 15 años:



72% ha tenido una hija o hijo.

7% son madres solteras.

46% cuenta solo con educación básica.

20% tienen entre 3 y 5 hijos

75% es población económicamente activa.

Prejuicios y estereotipos

Generalmente, persiste la idea que descuidan a sus hijos e hijas por perseguir sus objetivos profesionales y que no cuentan con las redes de apoyo suficientes en caso de necesitarlas.

Las mujeres tienen derecho a decidir sobre las estructuras familiares que desean integrar de manera libre.

[1]Inmujeres, "Madres solteras", 2021. Disponible en: http://estadistica.inmujeres.gob.mx/formas/tarjetas/Madres_solteras.pdf

La ley también protege a sus hijos

Las niñas y los niños, independientemente de cómo se componen sus familias, tienen el derecho a no experimentar rechazo, malos tratos o exclusiones arbitrarias. Así, la ley crea un espacio para que las madres solteras puedan serlo de manera segura, sin discriminación y que prevalezca el interés superior de niñas y niños.

Discriminación que enfrentan

La Encuesta sobre Discriminación en la Ciudad de México 2017[2], ofrece algunos datos relevantes:

- **67%** de la población piensa que sí existe discriminación hacia las madres solteras.
- **40%** considera que la intensidad de la discriminación es alta.

Los principales problemas que ellas declaran son:

38%
la falta de empleo.

27%
la exclusión por no tener esposo.

7%
las críticas en su comunidad.

Cómo revertir los contextos de discriminación

Profundizar la perspectiva de género
En la acción pública para que funcionarias, funcionarios y población en general valoren positivamente la diversidad familiar, entre la que se encuentran las familias encabezadas por mujeres.

Crear espacios seguros y libres de discriminación
Para sus hijas e hijos, en la escuela, los centros de salud y lugares recreativos y de esparcimiento.

Visibilizar sus necesidades especiales
Por ejemplo, en relación con el cuidado, los horarios laborales o las modalidades de atención pública para que los bienes y servicios que brinda el Estado sean lo suficientemente flexibles para incluirles.

Beneficios para ellas

- El Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (Conacyt) contempla becas para apoyar su formación profesional.
- La Secretaría de Bienestar se ocupa de derivar apoyos monetarios para ellas y sus hijas e hijos.
- El Programa Nacional por la Igualdad y No Discriminación 2021-2024 las contempla en varias líneas de acción puntuales, tales como[3]:
  - Impulsar la conciliación de la vida laboral y familiar en los centros de trabajo.
  - Promover la corresponsabilidad en el trabajo de cuidado y del hogar.
  - Garantizar el acceso a la seguridad social de todos los tipos de familias.

Con esto se busca combatir prácticas discriminatorias que viven las madres solteras, pero, sobre todo, cambiar nuestra visión sobre ellas.

[2]COPRED, "Madres solteras. Segunda Encuesta sobre Discriminación en la Ciudad de México", 2017. Disponible en: https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/uploads/public/5a9/5c2/ab1/5a95c2ab13e5f870795599.pdf
[3]Conapred, PRONAIND 2021-2024, 2021. Disponible en: http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5638256&fecha=14/12/2021

A LIBRO ABIERTO

LITERATURA DE MUJERES

Presentamos dos obras de grandes escritoras latinoamericanas.

Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Por Antonio Hernández Estrella

Conoce a dos representantes de la literatura brasileña y mexicana, Clarice Lispector y Luisa Josefina Hernández.

En colaboración con el:

FONDO DE CULTURA ECONÓMICA

TODOS LOS CUENTOS

Clarice Lispector, brasileña, es considerada una de las escritoras hispanoamericanas más importantes del siglo XX. Nunca se había reunido en un solo volumen toda la narrativa breve de la autora, y a través de los 85 cuentos que esta obra podremos conocerla.

Los personajes de esta obra muestran su aburrimiento y las felicidades clandestinas, luchan contra concepciones ideológicas, hacen frente a la desesperación que desemboca en la bebida, la locura o el suicidio. Lispector fue una figura célebre que reveló "las realidades ocultas de las vidas visibles".

Características
472 páginas,
17 x 23 cm

Colección Tierra Firme
Primera edición
2021

Precio de venta:
$260

COMO LOS GORRIONES

Características
352 páginas,
11 x 17 cm

Colección Popular
Primera edición
2021

Precio de venta libro físico: **$99**

Precio de venta libro electrónico: **$55**

Es la novela más reciente de la escritora mexicana Luisa Josefina Hernández, Premio Nacional de Ciencias y Artes. En ella se contrastan los papeles admitidos para el hombre y la mujer, en una familia de clase media en la que se ha naturalizado al padre ausente y a la madre imprescindible.

Gracias a su habilidad para adentrarse en la identidad femenina, la autora critica con maestría a la sociedad mexicana que ahoga a la mujer y enclaustra a sus habitantes en clases sociales que generan situaciones injustas y descarnadas.

ALERTAS

EMPRESA:
TOYOTA MOTOR SALES DE MÉXICO, S. DE R.L. DE C.V.

PRODUCTO:
TOYOTA PRIUS 2021

Alerta 15/2022

CANTIDAD:
4,142 unidades.

RIESGO Y/O DESPERFECTO:
Podría haber un retraso en la activación del elemento de seguridad "Asistencia de Frenado de Precolisión" antes de un posible choque, esto podría provocar una reducción general de la velocidad del vehículo.

SOLUCIÓN:
Cualquier distribuidor Toyota actualizará el Sistema de Precolisión (PCS) del vehículo sin costo.

Los clientes podrán contactar a Toyota Motor Sales de México, S. de R.L. de C.V. a través de:

- www.toyota.com.mx
- 01 800 7 TOYOTA (869682)
- contacto@marcatoyota.com.mx

EMPRESA:
FITBIT LLC (ANTES FITBIT INC.)

PRODUCTO:
RELOJES INTELIGENTES FITBIT IONIC

Alerta 18/2022

CANTIDAD:
5,073 unidades.

RIESGO Y/O DESPERFECTO:
Existe el riesgo de que la batería de iones de litio se sobrecaliente provocando quemaduras.

SOLUCIÓN:
FITBIT LLC (antes Fitbit Inc.) solicita a los consumidores dejar de utilizar inmediatamente el reloj inteligente y visitar la página help.fitbit.com/ionic para más información. Quienes resulten afectados recibirán un reembolso de $299 dólares.

Los consumidores podrán contactar a FITBIT LLC (antes Fitbit Inc.) en:

- help.fitbit.com/ionic
- www.fitbit.com, apartado *"Product help"* localizado al final de la página
- fitbitionic.expertinquiry.com

EMPRESA:
HONDA DE MÉXICO, S.A. DE C.V.

PRODUCTO:
HONDA PILOT 2016 A 2019

Alerta 19/2022

CANTIDAD:
9,086 unidades.

RIESGO Y/O DESPERFECTO:
Una fuerte presión de aire forzada a través del espacio del capó y la parrilla de este puede hacer que vibre provocando que el área que rodea el cerrojo del pestillo del capó se agriete.

SOLUCIÓN:
Los consumidores recibirán un aviso, vía correo electrónico o telefónica, de la red de Distribuidores Autorizados para acudir a una cita de inspección del vehículo y, de ser necesario, reparar o reemplazar el capó sin costo. De igual manera podrán contactar a HONDA DE MÉXICO, S.A. DE C.V. al 800 368 8500 para confirmar si su automóvil aplica a este llamado a revisión.

El Mejor Verificador es El Consumidor

Si los proveedores de servicios NO te dan cantidades exactas o NO respetan tus derechos

¡Denúncialos con nosotros!

1 Envíanos un correo, según sea el caso a:

GAS LP
denunciasgaslp@profeco.gob.mx

GASOLINA
denunciasgasolina@profeco.gob.mx

PRODUCTOS O SERVICIOS
denunciasprofeco@profeco.gob.mx

2 Con la siguiente información:

- **Nombre del proveedor**
- **Dirección completa del proveedor**
  - Calle
  - Colonia
  - Estado
  - Número
  - Alcaldía/mpo.
  - Código postal
- **Número económico de camión**
  (en el caso de proveedores de gas LP)

Contáctanos

WhatsApp
55 6868 2589

App Litro X Litro
disponible en **GooglePlay** y **AppStore**

Litro X Litro Profeco

¡Descárgala!

ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR